

ISSN 2500-3682



СОВРЕМЕННАЯ НАУКА:  
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ

**ПОЗНАНИЕ**  
№ 2 2024 (ФЕВРАЛЬ)

Учредитель журнала  
Общество с ограниченной ответственностью  
**«НАУЧНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ»**

Журнал издается с 2011 года.

**Редакция:**

Главный редактор  
**Д.К. Кирнарская**  
Выпускающий редактор  
**Ю.Б. Миндлин**  
Верстка  
**Н.Н. Лаптева**

Подписной индекс издания в каталоге агентства  
«Пресса России» — 43288

В течение года можно произвести подписку  
на журнал непосредственно в редакции.

Авторы статей несут полную ответственность  
за точность приведенных сведений, данных и дат.

При перепечатке ссылка на журнал  
«Современная наука: актуальные проблемы  
теории и практики» обязательна!

Журнал отпечатан в типографии ООО «КОПИ-ПРИНТ»  
тел./факс: +7 (495) 973-8296

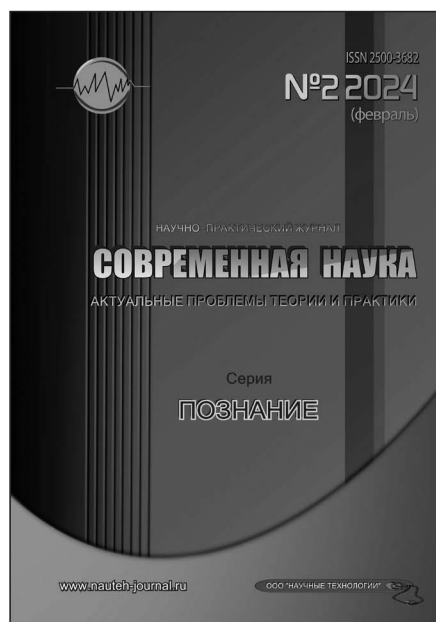
Подписано в печать 12.02.2024 г. Формат 84x108 1/16  
Печать цифровая  
Заказ № 0000 Тираж 2000 экз.

Серия: Познание №2 (февраль) 2024 г

Научно-практический журнал

Scientific and practical journal

(ВАК - 5.3.x, 5.7.x, 5.10.x)



**В НОМЕРЕ:**

КУЛЬТУРОЛОГИЯ  
ПСИХОЛОГИЯ  
ФИЛОСОФИЯ

Издатель:  
Общество с ограниченной ответственностью  
**«Научные технологии»**

Адрес редакции и издателя:  
109443, Москва,  
Волгоградский пр-т, 116-1-10 Тел/факс: 8(495) 142-8681  
e-mail: [redaktor@nauteh.ru](mailto:redaktor@nauteh.ru)  
<http://www.nauteh-journal.ru>

Журнал зарегистрирован Федеральной службой  
по надзору в сфере массовых коммуникаций,  
связи и охраны культурного наследия.

Свидетельство о регистрации  
ПИ № ФС 77-65429 от 04.05.2016 г.

ISSN 2500-3682



9 772500 368003 >

## Редакционный совет

**Кирнарская Дина Константиновна** — доктор искусствоведения, д.псх.н., профессор Российской академии музыки им. Гнесиных

**Миндлин Юрий Борисович** — к.э.н., доцент, Московская государственная академия ветеринарной медицины и биотехнологии им. К.И. Скрябина

**Бурлина Елена Яковлевна** — д.филол.н., профессор, Самарский государственный медицинский университет

**Вислова Аминат Даняловна** — д.псх.н., Кабардино-Балкарский институт гуманитарных исследований, в.н.с.

**Воронина Наталья Ивановна** — д.филол.н., профессор, Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарева

**Злотникова Татьяна Семеновна** — д. искусствоведения, профессор, Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского

**Кибальченко Ирина Александровна** — д.псх.н., профессор, Южный федеральный университет

**Кириллова Наталья Борисовна** — д. культурологии, профессор, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина

**Комиссаренко Светлана Сергеевна** — д. культурологии, доцент, Санкт-Петербургский Гуманитарный университет профсоюзов

**Корнилова Ольга Алексеевна** — д.псх.н., доцент, Самарский государственный институт культуры

**Коротких Вячеслав Иванович** — д.филол.н., профессор, Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина

**Кургузов Владимир Лукич** — д. культурологии, к.и.н., профессор, Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления

**Куруленко Элеонора Александровна** — д. культурологии, Самарский государственный институт культуры

**Листвина Евгения Викторовна** — д.филол.н., профессор, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского

**Махаматов Таир Махаматович** — д. филол.н, профессор, Финансовый университет при Правительстве РФ

**Морозова Ирина Станиславовна** — д.псх.н., профессор, Кемеровский государственный университет

**Никольский Сергей Анатольевич** — д.филол.н., Институт философии РАН, зав. сектором

**Овсяник Ольга Александровна** — д.псх.н, доцент, Российский экономический университет им. В.Г. Плеханова

**Паршукова Галина Борисовна** — д. культурологии, к.пед.н., доцент, Новосибирский государственный технический университет

**Пономарева Галина Михайловна** — д.филол.н., профессор, МГУ им. М.В. Ломоносова

**Разлогов Кирилл Эмильевич** — д. искусствоведения, профессор, ВГИК

**Садохин Александр Петрович** — д. культурологии, доцент, РАНХиГС при Президенте РФ

**Сгибнева Ольга Ивановна** — д.филол.н., профессор, Волгоградский государственный университет

**Серов Николай Викторович** — д. культурологии, Оптическое общество им. Д.С. Рождественского, действительный член

**Синягин Юрий Викторович** — д.псх.н, профессор, РАНХиГС при Президенте РФ, заместитель директора «Высшая школа государственного управления»

**Сиюхова Аминет Магаметовна** — д. культурологии, доцент, Майкопский государственный технологический университет

**Соловьева Светлана Владимировна** — д.филол.н., доцент, Самарский государственный институт культуры

**Тихонова Анна Юрьевна** — д. культурологии, доцент, Ульяновский государственный педагогический университет им И.Н. Ульянова

**Фадеева Ирина Евгеньевна** — д. культурологии, профессор, Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина

**Хренов Николай Андреевич** — д.филол.н., профессор, Государственный институт искусствознания Министерства культуры РФ, профессор, Всероссийский государственный институт кинематографии имени С. А. Герасимова

**Черноризов Александр** — Михайлович д.псх.н, профессор, МГУ имени М.В. Ломоносова

**Экштут Семён Аркадьевич** — д.филол.н., профессор, Институт всеобщей истории РАН, руководитель Центра истории искусств и культуры

# СОДЕРЖАНИЕ

# CONTENTS

## Культурология

- Марич Ю.С.** – Проблемы идентичности: основные современные подходы  
Marich Yu. – Identity problems: the main modern approaches ..... 5

## Психология

- Бересток Т.Б.** – Взаимосвязь представлений о психологическом благополучии с профессионально-семейным статусом у лиц пожилого возраста в пространстве рисков информационного воздействия  
Berestok T. – The relationship between ideas about psychological well-being and professional and family status among older people in the space of risks of information exposure ..... 11

- Бересток Т.Б., Кабанова К.В.** – Социально-возрастные аспекты представлений о благополучии жизни в рамках анализа жизненной ситуации лиц пожилого возраста в информационном пространстве  
Berestok T., Kabanova K. – Socio-age aspects of ideas about the well-being of life within the framework of the analysis of the life situation of elderly people in the information space ..... 17

- Долидович О.М., Сакаева Д.Н., Парфенова В.И.** – Электронное наставничество: понятие, инструменты, условия реализации, применение в образовательной практике  
Dolidovich O., Sakaeva D., Parfenova V. – E-mentoring: concept, tools, implementation conditions, application in educational practice ..... 21

- Зиман М.А., Токарева Ю.А.** – Процессуальный подход к самореализации личности  
Ziman M., Tokareva Yu. – A processual approach to personal self-realization ..... 26

- Кюршева Е.А.** – Восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе  
Kursheva E. – Restoration of facial muscles in the neurodynamic process ..... 32

- Нестерова Е.М.** – Метод неоконченных предложений в исследовании обыденных представлений о социальной креативности  
Nesterova E. – The method of unfinished sentences in the study of ordinary ideas about social creativity ..... 35

- Николаева Т.А.** – Семья как базис в формировании идентификации личности в условиях меняющегося общества  
Nikolaeva T. – Family as a basis in the formation of personal identification in a changing society ..... 42

- Покальчук Е.В., Воробьева К.И.** – Ассертивность – навык уверенности в себе  
Pokalchuk E., Vorobyova C. – Assertiveness is the skill of self-confidence ..... 46

- Ри Шин Хян** – Отличительные особенности учебной мотивации студентов гуманитарных и технических направлений  
Ri Shin Khian – Distinctive features of educational motivation of students of humanitarian and technical fields ..... 50

- Силаева Д.В., Гуткевич Е.В.** – Расстройства пищевого поведения: основные понятия, история и современные представления  
Silaeva D., Gutkevich E. – Eating disorders: basic concepts, history and current concepts ..... 54

- Шадрина М.В.** – Причины формирования психопатологического состояния у зависимого человека на примере пищевой зависимости  
Shadrina M. – The reasons for the formation of a psychopathological state in an addicted person on the example of food addiction ..... 59

---

**Ядрищенская Т.В.** – Анализ признаков и факторов дезадаптации психофизиологического состояния студентов  
*Yadrischenskaya T.* – Analysis of signs and factors of disadaptation psychophysiological state of students ..... 66

## Философия

**Кароннова А.Л.** – Ценностные установки сотрудников полиции при осуществлении профессиональной деятельности: социально-философский анализ  
*Karonnova A.* – The values of police officers in their professional activities: a socio-philosophical analysis..... 69

**Скопа В.А.** – Самоорганизующиеся и саморазвивающиеся системы в контексте постнеклассической парадигмы  
*Skopa V.* – self-organizing and self-developing systems in the context of the post-non-classical paradigm..... 72

## Информация

Наши авторы. Our Authors..... 77  
Требования к оформлению рукописей и статей для публикации в журнале..... 78

## ПРОБЛЕМЫ ИДЕНТИЧНОСТИ: ОСНОВНЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ

**Марич Юрий Сергеевич**

Соискатель, Северный (Арктический) федеральный  
университет имени М.В. Ломоносова (г. Архангельск)  
maritch87@mail.ru

### IDENTITY PROBLEMS: THE MAIN MODERN APPROACHES

**Yu. Marich**

*Summary:* The article is devoted to the actual problem of human identity as a dynamic and nonlinear process. The interdisciplinarity of the modern identity theory proceeds, on the one hand, from the sociological theories of the early XX century, and on the other – from the philosophical studies of the consciousness phenomenology. The author sets himself the task of summarizing modern studies of individual and group (social) identity by including works on cultural identity in the review. Following N.L. Polyakova, the author identifies three main approaches to the identity problems that have developed in the modern scientific tradition, and gives a brief description of each of them. There are interactionist approach (primarily in psychological research), postmodern (or radical constructivist) approach and constructionist approach, including cognitive studies, cognitive-discursive and structural-semiotic studies. The last of the listed approaches seems to be the most adequate for the study of identity within the scientific field of cultural studies. Culturology, as a fundamentally interdisciplinary knowledge, uses a text (narrative) in which a person speaks about himself as data for study of identity. Identity, that is, the organization and representation of one's life experience, is determined by the narrative of a person about himself as a constructed image of himself, "narrative identity" (Paul Ricoeur). The culture text cannot exist outside the expression of identity and at the same time is a way of constructing identity. The multiplicity of identifications is becoming a key issue in modern identity theory. The way to resolve it defines the borders between different approaches to the problem of identity itself.

*Keywords:* identity, phenomenology, sociocultural constructs, narrative identity.

*Аннотация:* Статья посвящена актуальной проблеме идентичности человека как динамического и нелинейного процесса. Междисциплинарность современной теории идентичности имеет свои истоки, с одной стороны, в социологических теориях начала XX века, а с другой – в философских исследованиях феноменологии сознания. Вслед за Н.Л. Поляковой, автор выделяет три ключевых подхода к проблеме идентичности, сложившиеся в современной научной традиции, и дает краткую характеристику каждому из них. Это интеракционистический подход (прежде всего, в психологических исследованиях), постмодернистский (или радикальный конструктивистский) подход и конструкционистский подход, включающий когнитивные исследования идентичности, когнитивно-дискурсивные и структурно-семиотические исследования. Последний из перечисленных подходов представляется наиболее адекватным для исследования идентичности в рамках научного поля культурологии. Культурология как принципиально междисциплинарное знание использует в качестве материала для исследования идентичности текст (нарратив), в котором человек высказывается о самом себе. Идентичность, то есть организация и репрезентация своего жизненного опыта, определяется повествованием личности о себе как сконструированным образом себя, «нарративной идентичностью» (П. Рикер). Множественность идентификаций становится ключевым вопросом современной теории идентичности, и путь его разрешения определяет границы между различными подходами к самой проблеме идентичности.

*Ключевые слова:* идентичность, феноменология, социокультурные конструкты, нарративная идентичность.

**В** настоящее время изучение проблем групповой и индивидуальной идентичности является одним из наиболее активно развивающихся направлений в гуманитаристике. Актуальность изучаемой проблематики предсказал в начале 70-х годов XX века К. Леви-Стросс. Он спрогнозировал изменение статуса проблемы идентичности из социально-философского в междисциплинарный. Современные исследования в этой области осуществляются на стыке психологии, социологии, антропологии, философии. Культурология как принципиально междисциплинарное знание также становится частью данного научного поля, используя в качестве материала для исследования текст (нарратив), в котором человек высказывается о самом себе. Иден-

тичность, то есть организация и репрезентация своего жизненного опыта, определяется повествованием личности о себе как сконструированным образом себя. Французский философ П. Рикёр называет этот процесс «нарративной идентичностью» [19, с. 172].

Опираясь на энциклопедическое определение идентичности [6], нужно отметить, что под этой дефиницией понимается не свойство индивида, а отношение, которое в результате социального взаимодействия и самоопределения индивида по отношению к самому себе и Другому постоянно трансформируется и переопределяется. Идентичность – понимание человеком своего «Я», своего места в социальной действительности, отноше-

ний с окружением [15, с. 5]. Процесс идентификации и репрезентации человеком самого себя осуществляется на индивидуальном уровне, где на первый план выходит функция различения, выделения «Я» из окружающего социума, и социокультурном уровне, где на первый план выступает функция отождествления, соотнесения своих норм и ценностных установок с окружающей социальной и культурной средой.

Философско-культурологические исследования идентичности имеют основание, с одной стороны, в области феноменологии сознания, где начиная с Ф. Brentano и Э. Гуссерля исследуется целостная структура человеческого опыта: различение-синтез-идентификация. По мнению современного отечественного феноменолога В.И. Молчанова, именно различение «является первичным опытом, благодаря которому синтез и идентификация также становятся опытом» [12, с. 238]. С другой стороны, основанием современной теории идентичности являются социологические исследования Г. Зиммеля, Дж. Мида, Ч. Кули, которые определяли процесс самоидентификации в ситуации социального взаимодействия как процесс интерпретации себя и окружающего мира также на основании сходства и различия своего и чужого (Другого). Как пишет Л.Ф. Косенчук, американские социологи «не употребляли понятие «идентичность», используя преимущественно термин Self («самость»), однако разработанные ими теоретические положения впоследствии стали важными составляющими его концептуализации» [9, с. 224].

В своем классическом варианте теория идентичности была создана в середине XX в. в рамках психоаналитической традиции Э. Эриксоном. Психолог понимал под идентичностью совокупность способов организации опыта, как индивидуального, так и группового. Групповая идентичность «основывается на географических и исторических различиях (коллективное пространственно-временное «эго») и на существенных различиях социальных целей и средств (коллективный план жизни)» [22, р. 20 (по: 17, с. 24)].

Вслед за Н.Л. Поляковой, в настоящее время можно выделить три ключевых подхода к проблеме идентичности [17, с. 29], сложившиеся в научной традиции:

- интеракционистический подход, включая бихевиористические исследования;
- постмодернистский подход (радикальный конструктивистский);
- конструкционистский подход, включая структурно-семиотические и когнитивно-дискурсивные исследования идентичности.

В рамках **интеракционистического подхода** необходимо указать на психодинамические исследования Э. Эриксона, где рассматривается формирование иден-

тичности человека в процессе его взросления. По мнению ученого, идентичность есть маркер зрелости человека, поскольку идентичностью может обладать только зрелая личность, которая разобралась во множестве ролей по отношению к окружающему миру. Обретающий идентичность, как правило в подростковом возрасте, молодой человек перестает путаться относительно своего места в социальной группе, сообществе и осознает свою роль в обществе в целом. Но идентичность, проявляющаяся у зрелой личности, формируется не только в процессе жизни одного человека, а накапливается с учетом всего развития человечества. Здесь речь начинает идти о некоей преемственности во времени в историческом процессе [21, с. 11].

Дж. Марсия на основе теории идентичности Э. Эриксона разработал концепцию, позволяющую, исходя из прагматических задач, разобраться, как проявляется идентичность в деятельности человека. Наиболее интересными сферами для изучения данного явления он считал профессиональную и идеологическую. В целом Марсия, как и Эриксон, рассматривал идентичность как эго-внутреннюю структуру, создающую потребности, способности и убеждения [20, с. 3].

Изучение идентичности с точки зрения бихевиористических подходов начал М. Шериф. Ключевое отличие – это перенос внимания на изучение групповой идентичности, которая являлась как бы главенствующей по отношению к личностной. Используя классическую бихевиористическую формулу «стимул – реакция», психолог выявил, что идентичность группы меняется в различной ситуации, задаваемой извне. Особенно ярко смена межличностных отношений превращается в иную форму общественного взаимодействия в условиях кризисных ситуаций. В ходе экспериментальных исследований М. Шериф показывает, что в условиях нахождения в группе личная идентичность перестает быть для человека важной и он начинает подчиняться правилам и условиям существования группы [8]. Развил идеи Шерифа Д. Кэмпбелл. Он также считал, что в основе формирования групповой идентичности лежит конфликт интересов между группами. Несмотря на то, что бихевиористы не посвящали свои работы непосредственно феномену идентичности, они внесли существенный вклад в углубление понимания о групповой идентичности.

Последователи **постмодернистского подхода**, рассматривая индивида как автора и одновременно продукт культуры, прямо или косвенно обращаются к проблеме идентичности. С другой стороны, как справедливо считает Р.В. Пеннер, «утверждая текучесть внешней реальности, постмодернисты «снимают» проблему идентичности человека» [16, с. 71–72]. Культура, особенно современная культура, предстает как непрерывный поток форм и их копий, цитат и парафраз, где репрезен-

тация себя всегда оказывается вторичной по отношению к Другому.

При этом проблема идентичности не уходит из поля зрения философии и культурологии, но требует, по мнению сторонников постмодернизма, уточнения. В теории идентичности, опирающейся на классическую философию (в том числе и в концепции Э. Эриксона), всегда наличествует представление человека о некоем обобщенном Другом и некоем идеальном «Я», которое и есть, в конечном итоге, подлинное «Я». Сама идея идентичности как тождественности самому себе предполагает указание на подлинность «Я». «Идея самоидентичности с необходимостью отсылает к вертикальной иерархии» [16, с. 68–69], тогда как именно вертикальная иерархия становится объектом особой критики постмодерна. Ризома как неиерархическая структура, предложенная Ж. Делёзом и Ф. Гваттари в контексте их оппозиции традиционному иерархическому образу «дерева», определяет природу культуры в целом, где ни один из нарративов не имеет преимуществ перед другим. «Критика иерархической организации связывается с «распадом» субъекта» [18, с. 58].

Согласно радикальному конструктивизму постмодерна, человеческое сознание (восприятие, мышление, память, ассоциации) не является отражением объективной реальности, а производит собственную действительность. Радикальный конструктивизм принципиально отрицает возможность познания реальности, в том числе социальной реальности. Все, что доступно человеческому сознанию, это конструкт. «Трансформация идентичности в современных условиях может быть понятой только в терминах конструирования «Я», самости, в качестве рефлексивного проекта. Этот рефлексивный проект «Я» состоит в том, что индивид должен выбирать свою идентичность среди стратегий и выборов, предлагаемых экспертными и знаковыми системами» [17, с. 30].

Яркими представителями постмодернистской теории идентичности являются Дж. Фридман и З. Бауман. Для них идентичность воспринимается как результат процессов глобализации, взаимовлияния множества факторов, приводящих к мультикультурализации. Предопределенность социального положения в устойчивых, достаточно замкнутых сообществах сменяется необходимостью самоопределения. Современный человек постоянно занимается построением своих идентичностей. Бауман считает, что идентичность изобретается тогда, когда сообщества распадаются. Н.Л. Полякова трактует выводы Баумана как разрыв фундаментальной связи между двумя компонентами идентичности – социальной и индивидуальной, замене индивидуального, личностного начала совокупным набором различных моделей репрезентации.

Наиболее продуктивным в современной гуманитаристике нам представляется **конструкционистский подход**, в рамки которого отнесем когнитивные исследования идентичности, когнитивно-дискурсивные и структурно-семиотические исследования. Конструкционистский подход связан с постмодернистским, восходя к общим основаниям в философской феноменологии, однако не отличается присущим постмодернизму радикализмом.

Конструкционистский подход получил развитие благодаря появлению новой точки зрения на исследование социума – что в науке получило название дискурсивного поворота. Последователи данного подхода не выделяют отдельно исследователя и исследуемое, считая, что провести четкую границу между ними невозможно. И субъект, и объект находятся внутри самой системы. Восприятие мира предполагает уже какое-то отношение к этому миру, восприятие себя в мире предполагает уже какое-то отношение к себе и к своей роли в этом мире. Через призму этого отношения осуществляется процесс познания и рефлексии. Отсюда не реальность как таковая определяет реакции и поведение человека, а именно ее преломление через субъективную призму конструирования реальности как упорядоченной системы. При этом, как справедливо предупреждает Ю.М. Лотман, реальность всегда оказывается сложнее ее конструируемой модели.

Проработку методологической основы социального конструкционизма связывают, в первую очередь, с именами П. Бергера и Т. Лукмана. В их социологической теории познания разработан цикл воспроизводства социального порядка (системы) [4, с. 33–87]. Идентичность, которая, по мнению Бергера и Лукмана, является ключевым элементом субъективной реальности, формируется и видоизменяется внутри социальной группы (системы). И наоборот, «идентичности, созданные благодаря взаимодействию организма, индивидуального сознания и социальной структуры, реагируют на данную социальную структуру, поддерживая, модифицируя или даже ее перестраивая» [4, с. 115].

В условиях глобализации, характеризующей современную социокультурную ситуацию, формирование идентичности рассматривается как процесс не только динамичный и незавершенный, но и нелинейный и эклектичный [7, с. 49]. Можно согласиться с выше охарактеризованной постмодернистской теорией идентичности в том, что в условиях глобализации каждый человек имеет множество идентичностей, которые образуют в его сознании некую суммарную идентичность. В результате индивид может менять свою идентичность, выбирая из всего многообразия ту, которая наиболее актуальна и удобна в настоящий момент, в конкретной жизненной ситуации.

Множественность идентичностей, с одной стороны, определяется исследователями как адаптационный потенциал человека (чем больше выбор в индивидуальной «матрице идентичности», тем успешнее человек адаптируется к стремительно изменяющимся условиям), с другой – множественность идентичности может привести к утрате личностью внутреннего стержня и размыванию границ собственного «Я». «Множественность идентичностей порождает противоречивый характер положения и бытия человека в глобальном мире, выступает проблемной зоной гармоничного их сосуществования, выдвигая на передний план социологического осмысления вопрос анализа идентичности как ценностного ориентира личности» [1, с. 15].

Значительный вклад в развитие конструкционистских теорий внес Н. Луман, посвятивший большое количество работ изучению механизмов функционирования общественных систем. Центральной проблемой Лумановской теории является обоснование того, что социальные системы являются самовоспроизводимыми коммуникативными системами [11; 2]. В целом, благодаря дискурсивному повороту общество и связанные с ним процессы начинают восприниматься не как некие социальные факты, внешние явления, но как конструируемая и самовоспроизводящаяся в результате коммуникативных действий (высказываний, текстов) реальность.

Концепции социальной идентичности находят продолжение в русле конструкционистской методологии в работах отечественного исследователя В.И. Немчиной, которая уделяет особое внимание пониманию социальных конструктов. По определению исследователя, социальные конструкты – это искусственные, т.е. созданные людьми, абстрактные образования [14, с. 128]. Их прагматическая роль заключается в том, что они выступают своеобразными маркерами, ориентирами, имеющими защитную и прогностическую функцию. Как пишет В.И. Немчина, «социальные конструкты есть некоторые специфические матрицы или своеобразные операциональные модели суждений и оценок, предназначенные для выражения отношения к тем ситуациям, которые возникают в процессе идентификации. Это также модели повседневной и социальной коммуникации, модели взаимоотношений и взаимосвязей» [14, с. 128]. Утверждение коммуникативной природы социальных процессов, в том числе формирования идентичностей, коррелируется с когнитивно-дискурсивными исследованиями культуры.

Так, издание под руководством С. Франклина и Э. Уиддиса «Национальная идентичность в русской культуре» показывает, что идентичность невозможно подвергнуть объективному описанию, сделав ее предметом или объектом исследования. Культурная идентичность выявляется через многоуровневую систему текстов, в которых

представители какой-либо культуры «проговаривают» отношение к самим себе, в том числе и через сопоставление себя с другими народами. Авторы утверждают, что «какой-нибудь отдельной «реальности» вне выраженной идентичности в поле культуры не существует. <...> Идентичностью или идентичностями являются многообразные выражения или конструкции культуры. Их реальность или истинность нужно искать в их собственном существовании как фактов культуры, а не в том масштабе, в каком они точно отражают некий набор внешних факторов» [13, с. 14]. Представляется продуктивной мыслью о том, что любой текст культуры вне зависимости жанровой иерархии является выражением идентичности.

Интересно понимание идентичности в работах А.Н. Крылова. Исследователь говорит о религиозной идентичности как о части самосознания, влияющего на наши межличностные отношения, на наше духовное и психическое здоровье, на сохранение и преумножение унаследованной нами культуры. Так, с точки зрения исследователя, для понимания идентичности важными становятся мировоззрение людей, их авторитеты и эталоны, кодекс поведения. Процесс идентификации является частью социальной коммуникации. Ответ на вопрос «Кто я?» имеет смысл только во взаимодействии с другими людьми. Человек посредством проекции и на себя опыта другого воспринимает свое отражение в своем окружении. Таким образом, социальное окружение («мы-идентичность») человека и его биографическое прошлое главным образом формируют его «я-идентичность» [10, с. 11–12]. В ситуации множественности идентичностей в современной социокультурной ситуации, для человека оказывается чрезвычайно актуальным традиционный, принятый субъектом мир культуры и религиозной традиции, конструкт «Я» в котором определен и задан предшествующими поколениями, содержание этого конструкта оказывается проверено временем и репрезентировано устойчивой системой знаков, символов и текстов. При этом исследователь констатирует тот факт, что нарушение системы репрезентаций (если вернуться к теории Бергера и Лукмана, нарушение результатов объективации и интернализации внутренних интенций членов группы) приводит к разрушению самой идентичности.

Семиотические исследования идентичности отражены в работах Е.Е. Бразговской. В ее теории ключевыми являются понятия отождествление и идентичность. Опираясь на феноменологию сознания, исследователь видит в основе процесса идентичности универсальную познавательную операцию отождествления объектов, которая определяет способность человека к распознаванию образов, созданию аналогий, построению классификаций. Применяя феноменологическую теорию к пространству культуры, Е.Е. Бразговская определяет операции отождествления и различения как инструмент упорядоче-



ния смыслового континуума: «В процессе категоризации человек расчленяет поток информации на дискретные значимые единицы, объединяя их далее на основании общих признаков в классы. Именно эта операция позволяет нам придавать действительности некую «стабильность»: структурированность и осмысленность. <...> В операции отождествления себя с другими объектами система адаптируется к миру (пространству других систем). Категорией сходств (аналогий) предопределяется толкование текстов. Представляя отсутствующее через присутствующее, эта категория организует для нас «синтаксис мира», поскольку «искать смысл – значит выявлять то, что сходствует», поскольку и сам «мир есть игра повторяемых сходств» [Фуко]» [5, с. 108–109].

В рамках конструкционистского подхода когнитивные исследования проводила Е.П. Белинская. Автор предлагает рассмотреть проблему «размытости» понятия идентичности через постепенное изменение содержания основных проблемных дихотомий в ее

понимании, так называемых «дилемм идентичности»: «дифференциация – интеграция», «константность – изменчивость», «Я – социальный контекст» [3, с. 7–11]. Е.П. Белинская отмечает, что если концепции идентичности середины XX века исходили из четкой оппозиции в каждой из указанных пар, то в современной теории идентичности в результате когнитивных исследований прослеживается взаимозависимость и взаимообусловленность полюсов дихотомий. Так, представления о себе самом зависят от системы социальных представлений и отношений, и актуализация аспектов индивидуальной идентичности влечет за собой актуализацию социальной идентичности. В контексте постмодернистской теории процесс развития идентичности начинает пониматься не как гармонизация социальных идентичностей вокруг константного «ядра» личности, а как «умножение Я». Множественность идентификаций становится ключевым вопросом современной теории идентичности, и путь его разрешения определяет границы между различными подходами к самой проблеме идентичности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Антонова Н.Л., Бусыгин А.Г. Идентичность как социальный феномен: теоретико-методологические основания социального конструктивизма // Теория и практика общественного развития. – 2019. – № 2 (132). – С. 12–16.
2. Антоновский А.Ю. Никлас Луман: эпистемологическое введение в теорию социальных систем. М.: Институт философии РАН, 2007. – 136 с.
3. Белинская Е.П. Современные исследования идентичности: от структурной определенности к процессуальности и незавершенности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. – 2018. – Т. 8. – Вып. 1. – С. 7–11.
4. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности: трактат по социологии знания. – М.: «Медиум», 1995. – 323 с.
5. Бразговская Е.Е. Семиотика идентичности // Вестник Пермского университета. Российская и зарубежная филология. – 2014. – Вып. 4 (28). – С. 108–115.
6. Идентичность // Новая философская энциклопедия [Электронный ресурс] / Электронная библиотека ИФ РАН. – URL: <https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/document/HASH0139aee26d501a6d86199339> (дата обращения: 30.08.2022)
7. Клименко Н.С., Зберовский А.В. Гендерная идентичность и национальная идентичность в современной духовной культуре России // Вестник КемГУКИ. – 2017. – № 39. – С. 49–53.
8. Копец Л. Классические эксперименты в психологии [Электронный ресурс]. – URL: [http://uchebnikionline.com/psihologia/klasichni\\_eksperimenti\\_v\\_psihologii\\_-\\_kopets\\_l/eksperiment\\_yogo\\_vidi.htm](http://uchebnikionline.com/psihologia/klasichni_eksperimenti_v_psihologii_-_kopets_l/eksperiment_yogo_vidi.htm) (дата обращения: 30.08.2022)
9. Косенчук Л.Ф. Сущность идентичности и основные подходы к ее исследованию // Теория и практика общественного развития. – 2014. – Вып. 16. – С. 223–225.
10. Крылов А.Н. Религиозная идентичность. Индивидуальное и коллективное самосознание в постиндустриальном пространстве. – М.: ИКАР, 2014. – 355 с.
11. Луман Н. Общество как социальная система / Пер. с нем. А. Антоновский. – М.: Логос, 2004. – 232 с.
12. Молчанов В.И. Исследования по феноменологии сознания. – М.: Территория будущего, 2007. – 456 с.
13. Национальная идентичность в русской культуре / под ред. Саймона Франклина и Эммы Уиддис; [пер. с англ. В.Л. Артемова]. – М.: РОССПЭН: Политическая энциклопедия, 2014. – 253 с.
14. Немчина В.И. Конструктивистская методология исследования изменчивой идентичности в современном обществе // Социально-гуманитарные знания. – 2017. – № 11. – С. 127–133.
15. Патырбаева К.В. и др. Идентичность: социально-психологические и социально-философские аспекты: коллективная монография. – Пермь, 2012. – 250 с.
16. Пеннер Р.В. Идентичность в эпоху постмодерна: постановка проблемы // Вестник Челябинского государственного университета. – 2020. – № 5 (439). – С. 68–73.
17. Полякова Н.Л. «Идентичность» в современной социологической теории // Вестник Московского ун-та. Сер. 18. Социология и политология. – 2016. – № 4. – С. 22–42.
18. Попова А.В. Интернет как сетевая или иерархическая структура: концепция сети в постмодернистской философии и социальных науках конца XX и начала XXI в. // Философская мысль. – 2020. – № 3. – С. 58–67.
19. Рикёр П. Я-сам как другой / Пер. с франц. – М.: Издательство гуманитарной литературы, 2008. – 416 с.
20. Татарко С.А. Измерение идентичности в рамках статусной модели Дж. Марсии // Психологическая диагностика. – 2009. – № 1. – С. 1–39.

21. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. Толстых А.В. – М.: Прогресс, 1996. – 334 с.
22. Erikson E. Identity and the Life Cycle, N.Y.; L., W.W. Norton & Company, 1980, 195 p.

---

© Марич Юрий Сергеевич (maritch87@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ БЛАГОПОЛУЧИИ С ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СЕМЕЙНЫМ СТАТУСОМ У ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В ПРОСТРАНСТВЕ РИСКОВ ИНФОРМАЦИОННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

**Бересток Татьяна Борисовна**

Аспирант, Московский гуманитарный университет  
bertat1@yandex.ru

## THE RELATIONSHIP BETWEEN IDEAS ABOUT PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PROFESSIONAL AND FAMILY STATUS AMONG OLDER PEOPLE IN THE SPACE OF RISKS OF INFORMATION EXPOSURE

**T. Berestok**

*Summary:* The article highlights the problems of psychological well-being of elderly people in connection with professional and family status in the information space of modern society. It is shown that the information society is characterized by information threats that affect the level of information and psychological security and psychological well-being of the individual in the elderly. The relevance of the study is substantiated, the purpose of which is to study the relationship between ideas about psychological well-being and professional, labor and family status among elderly people. The results of the study are presented, according to which there is a relationship between ideas about psychological well-being and professional and family status among older people in the space of risks of information exposure. It has been shown that the leading factor in the information influence of the Internet in a group of elderly family members is activity on the Internet. In the group of lonely elderly people, the leading factor of influence is the manipulative influence of the Internet. Elderly families and working people are characterized by a high level of psychological safety. Elderly people who do not have a job and family are more often exposed to the risks of information exposure on the Internet. The higher the level of psychological well-being in older people, regardless of family and professional status, the higher the resistance to stress to the negative information impact of the Internet. The higher the emotional discomfort in older people, regardless of family and professional status, the higher the experience of life dissatisfaction, the lower the stress resistance to the negative information impact of the Internet.

*Keywords:* psychological well-being, old age, professional and family status, the Internet, information threats, information and psychological security.

*Аннотация:* В статье освещаются проблемы психологического благополучия лиц пожилого возраста во взаимосвязи с профессионально-семейным статусом в информационном пространстве современного общества. Показано, что информационное общество характеризуется информационными угрозами, которые влияют на уровень информационно-психологической безопасности и психологического благополучия личности лиц пожилого возраста. Обоснована актуальность исследования, целью которого является изучение взаимосвязи представлений о психологическом благополучии с профессионально-трудовым и семейным статусом у лиц пожилого возраста. Представлены результаты исследования, согласно которым существует взаимосвязь представлений о психологическом благополучии с профессионально-семейным статусом у лиц пожилого возраста в пространстве рисков информационного воздействия. Показано, что ведущим фактором информационного влияния сети Интернет в группе семейных лиц пожилого возраста является активность в сети Интернет. В группе одиноких пожилых лиц ведущим фактором воздействия является фактор манипуляторного влияния сети Интернет. Для семейных и работающих лиц пожилого возраста характерен высокий уровень психологической безопасности. Лица пожилого возраста, которые не имеют работу и семью, чаще подвержены рискам информационного воздействия сети Интернет. Чем выше уровень психологического благополучия у лиц пожилого возраста, независимо от семейно-профессионального статуса, тем выше стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет. Чем выше эмоциональный дискомфорт у лиц пожилого возраста, независимо от семейно-профессионального статуса, тем выше переживание неудовлетворенности жизни, ниже стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие, пожилой возраст, профессионально-семейный статус, сеть Интернет, информационные угрозы, информационно-психологическая безопасность.

Современное информационное общество характеризуется высокими информационными и психологическими нагрузками, которые оказывают влияние на информационно-психологическую безопасность и на представления о психологическом благополучии у лиц разных возрастных категорий. В настоящее

время в условиях интенсивного развития информационного общества и цифровых технологий в различных сферах общества актуализируются проблемы психологической безопасности пожилых людей [3]. Информационное общество характеризуется информационными угрозами, которые влияют как на уровень информаци-

онно-психологической безопасности личности, так и на уровень психологического благополучия. Информационно-психологическая безопасность понимается как «устойчивое состояние защищенности личности от негативных информационных воздействий, способных изменять психические состояния и психологические свойства человека, модифицировать его поведение» [2, с. 104]. С другой стороны, информационно-психологическая безопасность дает «возможность личности сохранять свои системообразующие свойства и основные психологические характеристики по отношению к данным воздействиям» [2, с. 104]. Психологическое благополучие определяется как субъективное переживание, связанное с удовлетворенностью жизнью, ощущением счастья, способностью к проявлению доверия к себе и к окружению [1; 5]. Уровень психологического благополучия лиц пожилого возраста определяется уровнем рисков информационного пространства, детерминирован личностными свойствами и качествами, а также профессионально-трудовым и семейным положением лиц пожилого возраста. Актуальным в условиях риска информационного пространства современного общества является исследование представлений о психологическом благополучии в пожилом возрасте в зависимости от их профессионально-трудового и семейного статуса.

В связи с этим проведено исследование, цель которого выявить взаимосвязь представлений о психологическом благополучии с профессионально-трудовым и семейным статусом у лиц пожилого возраста. В качестве методов сбора данных применялся комплекс стандартизированных методик исследования и анкетный опрос. В качестве методов количественного анализа данных использовался двухфакторный дисперсионный анализ, ранговая корреляция Спирмена, что позволило установить взаимосвязь показателей психологического благополучия у лиц пожилого возраста с разным уровнем профессионального и семейного статуса под влиянием информационного воздействия.

На первом этапе исследования был проведен факторный анализ показателей психологической безопасности и профессионально-семейного статуса лиц пожилого возраста. В ходе исследования выделены показатели профессионального и семейного статуса – работает, не работает, семейный, одинокий, а также показатели психологического благополучия в информационном обществе риска – защищенность, доверие; психологическая безопасность, воздействия, саморазвитие, ресурсы (табл. 1, 2).

Результаты исследования показали, что высокий уровень доверия и психологической защищенности характерен для лиц пожилого возраста, семейно-трудовой статус которых характеризуется наличием профессионально-трудовой деятельности и семьи. Лица пожилого

возраста, осуществляющие профессионально-трудовую деятельность, характеризуются высоким уровнем саморазвития. Высоким рискам информационного воздействия чаще подвержены лица пожилого возраста, которые не имеют работу и семью. Таким образом, исследование показало наличие взаимосвязи между показателями семейно-трудового статуса и психологической безопасности среди респондентов пожилого возраста.

Выявленная структура взаимосвязи между показателями семейно-трудового статуса и психологической безопасности среди лиц пожилого возраста показывает у работающих пожилых лиц в процессе осуществления профессиональной деятельности возможность активизации личностных ресурсов и умственных способностей, что снижает риски информационного воздействия и угрозы информационной среды. Это подтверждается и результатами исследований, посвященных анализу социально-психологических условий и факторов, обеспечивающих благополучие пожилого возраста. Более высокий уровень удовлетворенности жизнью у лиц пожилого возраста выявлен у респондентов, сохранивших трудовую занятость. Профессиональная деятельность в пожилом возрасте позволяет сохранить социальную активность, профессиональный и материальный статус, что дает возможность для самореализации, замедляет осознание происходящих негативных возрастнo-временных изменений. В исследовании показано, что трудовая активность обеспечивает чувство уверенности в себе, удовлетворенность жизнью и независимость. Активные лица пожилого возраста способны выстроить четкую и структурированную временную перспективу, позитивно относятся к своему прошлому. У пассивных лиц пожилого возраста наблюдаются негативные изменения в мотивационно-личностной сфере в отношении к себе и к окружающим [5].

В ходе исследования выявлена связь социально-психологических и личностных индикаторов с потребностью в информационном воздействии у лиц пожилого возраста. В таблице 3 представлены результаты ранговой корреляции Спирмена, демонстрирующие связь личностных индикаторов и потребности в обеспечении информационного воздействия.

Результаты исследования показали прямую связь между потребностью в информационном воздействии и такими показателями, как внушаемость ( $r = 0,91$ ), просоциальное поведение ( $r = 0,84$ ), потребность в познании ( $r = 0,64$ ). Полученные результаты показывают, что чем выше у лиц пожилого возраста потребность в информационном воздействии, тем выше уровень внушаемости, проявления просоциального поведения и потребность в познании. Обнаружены обратные связи между потребностью в информационном воздействии и такими показателями, как рефлексивность ( $r = -0,94$ ) и психологиче-

Таблица 1.

Результаты факторного анализа показателей психологической безопасности и профессионально-семейного статуса лиц пожилого возраста.

Категории	Защищенность, доверие	Психологическая безопасность	Воздействия	Саморазвитие, ресурсы
Работает	17	16	10	15
Не работает	6	11	31	10
Семейный	15	18	13	12
Одинок	10	11	27	10

Таблица 2.

Удельный вес показателей психологической безопасности в общей численности респондентов по профессионально-семейному статусу лиц пожилого возраста.

Категории	Защищенность, доверие	Психологическая безопасность	Воздействия	Саморазвитие, ресурсы
Работает	4,9	4,6	2,9	4,3
Не работает	1,7	3,2	8,9	2,9
Семейный	4,3	5,2	3,7	3,4
Одинок	2,9	3,2	7,8	2,9

Таблица 3.

Взаимосвязь личностных индикаторов от уровня потребности в информационном воздействии.

Показатель	Коэффициент $r$ - Спирмена, при $p \leq 0,05$
Внушаемость	0,91
Рефлексивность	-0,94
Локус контроля	0,14
Оптимизм	-0,08
Психологическое благополучие	0,34
Просоциальное поведение	0,84
Психологический стресс	-0,77
Ценность цифровизации	-0,30
Потребность в познании	0,64

ский стресс ( $r = -0,77$ ). То есть чем выше у лиц пожилого возраста потребность в информационном воздействии, тем ниже рефлексивность и психологический стресс. Таким образом, внушаемость, просоциальное поведение, потребность в познании, низкая рефлексивность и отсутствие психологического стресса у лиц пожилого возраста находятся в прямой зависимости от потребности в информационном воздействии.

На следующем этапе исследования был проведен анализ взаимосвязи показателей информационного воздействия – активность в сети Интернет, подверженность манипуляциям, уход от реальности среди респондентов пожилого возраста, которые осуществляют профессионально-трудовую деятельность. Потребность в психологическом благополучии среди данной категории лиц пожилого возраста имеет обратную зависимость с активностью в сети Интернет, подверженностью манипуляциям, уходом от реальности, а при увеличении

показателей уровня познания, потребность в психологическом благополучии снижается.

С целью выявления социально-психологических факторов, обеспечивающих психологическое благополучие у неработающих лиц пожилого возраста, необходимо обратить внимание на их типологию. Первый тип неработающих лиц пожилого возраста ведут активный образ жизни в обществе. Второй тип начинает приспосабливаться к собственной жизни без трудовой деятельности, ограничивая себя в сфере отдыха, развлечений и саморазвития. Третий тип всецело поглощен семейными делами, но при этом удовлетворенность жизнью становится ниже, чем у первых двух типов. Четвертый тип неработающих лиц пожилого возраста основное внимание уделяет проблемам здоровья. Эти четыре типа неработающих лиц пожилого возраста являются психологически благополучными [4].

Результаты опроса позволили определить уровень психологического благополучия для неработающих лиц пожилого возраста. Большинство опрошенных 43,1% испытывают умеренный эмоциональный комфорт, в то время как 39,7% имеет значительно выраженный эмоциональный дискомфорт. Полное эмоциональное благополучие выявлено только у 17,2% из общего числа опрошенных. Таким образом, в большинстве случаев для неработающих лиц пожилого возраста практически в равных долях характерны умеренный эмоциональный комфорт и выраженный эмоциональный дискомфорт.

В группе неработающих лиц пожилого возраста с высоким уровнем эмоционального комфорта, как показала ранговая корреляция Спирмена, между психологическим благополучием и стрессоустойчивостью к негативному информационному воздействию сети Интернет существует прямая связь ( $r = 1$ , при  $p \leq 0,05$ ). То есть, чем выше уровень психологического благополучия у неработающих лиц пожилого возраста с высоким уровнем эмоционального комфорта, тем выше стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет.

В группах неработающих лиц пожилого возраста с умеренным эмоциональным комфортом и с эмоциональным дискомфортом выявлена обратная зависимость ( $r = -1$ , при  $p \leq 0,05$ ). Результаты показывают, что в данной группе респондентов, чем выше психологическое благополучие, тем ниже стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет. То есть неработающие лица пожилого возраста с умеренным эмоциональным комфортом и с эмоциональным дискомфортом в большей степени подвержены негативному информационному воздействию сети Интернет.

В ходе исследования были выявлены социально-психологические факторы, обеспечивающие психологическое благополучие в группе семейных лиц пожилого возраста. Результаты опроса показали, что большинство семейных лиц пожилого возраста 58,6% обладают умеренным эмоциональным комфортом, что демонстрирует наличие определенных стрессоров на фоне умеренного благополучия жизни. 12,1% опрошенных семейных лиц пожилого возраста испытывают значительный эмоциональный дискомфорт. Почти каждый третий респондент (29,3%) данной группы показал полное эмоциональное благополучие, что свидетельствует об удовлетворенности своей жизнью на данном возрастном этапе жизнедеятельности.

Выявлены факторы информационного влияния сети Интернет в группе семейных лиц пожилого возраста. Ведущим фактором является «Активность в сети Интернет», которая занимает 54% от общего числа факторов, что демонстрирует популярность сети Интернет для

удовлетворения актуальных жизненных потребностей пожилых пользователей сети от поиска информации, интернет-покупок до виртуального общения с пользователями сетей. Активность в сети Интернет, наряду с позитивной ролью удовлетворения жизненных потребностей пожилых пользователей сети Интернет, повышает и риски информационной безопасности, а именно ситуации утечки личной информации, интернет-мошенничество, кибербуллинг и другие информационные угрозы.

На второй позиции находится фактор «Подверженность манипуляциям», на долю которого приходится 24% от общего числа факторов в группе семейных пожилых лиц. Данный фактор отражает наличие в информационном пространстве Интернет-ресурсов значительного количества ложной или искаженной информации, целью которой является воздействие на сознание пожилых пользователей, что зачастую оказывает влияние на характер принимаемых решений в реальной жизнедеятельности.

Третьим фактором является «Уход от реальности», которому принадлежит 22% от общего числа факторов. Данный фактор отражает тенденцию к интернет-зависимости у семейных лиц пожилого возраста, которые могут проводить много времени в сетевом взаимодействии в ущерб решению задач реальной жизнедеятельности и общения со значимым окружением. Интернет-зависимость может негативно влиять и на психологическое состояние пожилых лиц, приводить к депрессивным состояниям, к социальной изоляции.

Таким образом, ведущим фактором информационного влияния сети Интернет в группе семейных лиц пожилого возраста является активность в сети Интернет, обеспечивающая удовлетворение жизненных потребностей пожилых пользователей сети. На второй позиции – негативные аспекты воздействия сети Интернет, связанные с повышением рисков информационной безопасности, подверженностью манипуляциям в сети Интернет, уходу от реальности в форме интернет-зависимости, которая, в свою очередь, оказывает влияние на психологическое состояние и на образование социальной изоляции лиц пожилого возраста.

Были проанализированы взаимосвязи между психологическим благополучием, стрессоустойчивостью к негативному информационному воздействию сети Интернет и удовлетворенностью жизнью в группах семейных пожилых лиц с разным уровнем эмоционального комфорта в процессе жизнедеятельности. В группе семейных лиц пожилого возраста с высоким и умеренным уровнем эмоционального комфорта, согласно ранговой корреляции Спирмена, между психологическим благополучием и стрессоустойчивостью к негативному информационному воздействию сети Интернет существует

прямая связь ( $r = 1$ , при  $p \leq 0,05$ ). Результаты показывают, что у семейных пожилых лиц с высоким и умеренным уровнем эмоционального комфорта чем выше уровень психологического благополучия, тем выше стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет, что снижает риски информационного воздействия в данной группе респондентов.

В группе семейных лиц пожилого возраста с эмоциональным дискомфортом между психологическим благополучием и стрессоустойчивостью к негативному информационному воздействию сети Интернет выявлена обратная связь ( $r = -1$ , при  $p \leq 0,05$ ), то есть при повышении уровня психологического благополучия в данной группе респондентов, снижается стрессоустойчивость к негативному влиянию сети Интернет. Таким образом, семейные лица пожилого возраста, для которых ведущим состоянием жизнедеятельности является эмоциональный дискомфорт, при повышении эмоционального комфорта показали снижение стрессоустойчивости к негативным воздействиям информационной среды Интернет.

В группах семейных лиц пожилого возраста с разным уровнем эмоционального комфорта выявлены взаимосвязи между психологическим благополучием и удовлетворенностью жизнью. В группе семейных лиц пожилого возраста с высоким и умеренным эмоциональным комфортом обнаружена прямая связь между психологическим благополучием и удовлетворенностью жизнью ( $r = 1$ , при  $p \leq 0,05$ ). Следовательно, высокий уровень психологического благополучия семейных лиц пожилого возраста, для которых характерен эмоциональный комфорт, находится в прямой зависимости от удовлетворенности жизнью.

В группе семейных лиц пожилого возраста с эмоциональным дискомфортом, напротив, обнаружена обратная зависимость между психологическим благополучием и удовлетворенностью жизнью ( $r = -1$ , при  $p \leq 0,05$ ), то есть при повышении уровня психологического благополучия, удовлетворенность жизнью не повышается, а снижается. Таким образом, семейные лица пожилого возраста с эмоциональным дискомфортом показали, что для них характерны переживание неудовлетворенности жизни, даже на фоне повышения ее психологической благополучности.

Наиболее сильным стрессом для лиц пожилого возраста является одиночество в старости. У лиц пожилого возраста зачастую нет родственников, сверстников, друзей. Одиночество в старости может быть связано и с отдельным проживанием от молодых членов семьи. Однако более существенными у лиц пожилого возраста оказываются психологические аспекты изоляции и самоизоляции, отражающие осознание одиночества как

непонимания и безразличия со стороны окружающих. Сложность переживания чувства одиночества в пожилом возрасте выражается в том, что, с одной стороны, лица пожилого возраста ощущают увеличивающийся разрыв с окружающими, боятся одинокого образа жизни; с другой стороны, стремятся отгородиться от них, защитить свой мир и стабильность в нем от вторжения посторонних. В связи с этим актуальным для одиноких лиц пожилого возраста является общение в сети Интернет.

В группе одиноких лиц пожилого возраста, согласно результатам опроса, полное эмоциональное благополучие характерно только для 14% данной выборки. Для большинства респондентов данной группы характерны умеренный эмоциональный комфорт, который показали 45% одиноких пожилых лиц, и значительно выраженный эмоциональный дискомфорт, который характерен для 41% одиноких пожилых лиц.

Для анализа информационного воздействия сети Интернет на одиноких лиц пожилого возраста выделены ведущие факторы информационного воздействия. В данной группе респондентов на первой позиции находится фактор «Подверженность манипуляциям», на долю которого приходится 45% от общего числа факторов сетевого воздействия. На второй позиции находится фактор «Активность в сети Интернет», составляющий 34% от общего количества факторов. Фактор «Уход от реальности», отражающий склонность к интернет-зависимости, занял 21% от общего количества факторов. Таким образом, в данной группе респондентов в большей степени выражены факторы негативного информационного влияния сети Интернет в форме манипуляторного влияния.

В группе одиноких лиц пожилого возраста с высоким и умеренным уровнем эмоционального комфорта, как показала ранговая корреляция Спирмена, между психологическим благополучием и стрессоустойчивостью к негативному информационному воздействию сети Интернет существует прямая связь ( $r = 1$ , при  $p \leq 0,05$ ). Таким образом, чем выше уровень психологического благополучия у одиноких лиц пожилого возраста с высоким уровнем эмоционального комфорта, тем выше стрессоустойчивость к негативному влиянию сети Интернет. В группе одиноких лиц пожилого возраста с эмоциональным дискомфортом выявлена обратная зависимость ( $r = -1$ , при  $p \leq 0,05$ ), что показывает, что одинокие лица пожилого возраста, переживающие эмоциональный дискомфорт, в большей степени подвержены негативному информационному воздействию сети Интернет.

Таким образом, результаты исследования показали взаимосвязь представлений о психологическом благополучии с профессионально-семейным статусом у лиц пожилого возраста в пространстве рисков информационного воздействия. Внушаемость, просоциальное

поведение, потребность в познании, низкая рефлексивность и отсутствие психологического стресса у лиц пожилого возраста находятся в прямой зависимости от потребности в информационном воздействии. Ведущим фактором информационного влияния сети Интернет в группе семейных лиц пожилого возраста является активность в сети Интернет, обеспечивающая удовлетворение их жизненных потребностей. У одиноких пожилых лиц в большей степени выражены факторы негативного информационного воздействия сети Интернет в форме манипуляторного влияния. Для лиц пожилого возраста, семейно-трудовой статус которых характеризуется наличием профессионально-трудовой деятельности и

семьи, характерен более высокий уровень психологической безопасности. Лица пожилого возраста, которые не имеют работу и семью, чаще подвержены рискам информационного воздействия сети Интернет. Чем выше уровень психологического благополучия у лиц пожилого возраста независимо от семейно-профессионального статуса, тем выше стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет. Чем выше эмоциональный дискомфорт, независимо от семейно-профессионального статуса лиц пожилого возраста, тем выше переживание неудовлетворенности жизни и ниже стрессоустойчивость к негативному информационному воздействию сети Интернет.

---

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Донцов А.И. Доверие и субъективное благополучие как основание психологической безопасности современного общества / А.И. Донцов, Е.Б. Перельгина, О.Ю. Зотова [и др.]. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2018. – 578 с.
2. Ежовская И.Т. Личностные ресурсы в обеспечении информационной угрозы // Гуманитарный вектор. – 2011. – №1 (25). – С. 104-107.
3. Зотова О.Ю. Психологическая безопасность пожилых людей / О.Ю. Зотова, Л.В. Тарасова, Л.В. Карапетян // Ярославский педагогический вестник. – 2019. – № 5 (110). – С. 88–98.
4. Ким Б.М. Психологическое воздействие информационной среды на современного человека // Наука, образование и культура. – 2017 – № 4 (19). – С. 101–104.
5. Смолева Е.О. Удовлетворенность жизнью и уровень счастья: взгляд социолога / Е.О. Смолева, М.В. Морев. – Вологда: ИСЭРТ РАН, 2016. – 163 с.

---

© Бересток Татьяна Борисовна (bertat1@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



# СОЦИАЛЬНО-ВОЗРАСТНЫЕ АСПЕКТЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О БЛАГОПОЛУЧИИ ЖИЗНИ В РАМКАХ АНАЛИЗА ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ

## SOCIO-AGE ASPECTS OF IDEAS ABOUT THE WELL-BEING OF LIFE WITHIN THE FRAMEWORK OF THE ANALYSIS OF THE LIFE SITUATION OF ELDERLY PEOPLE IN THE INFORMATION SPACE

**T. Berestok  
K. Kabanova**

*Summary:* The article is devoted to the social and age aspects of ideas about the well-being of life and psychological safety within the framework of the analysis of the life situation of elderly people in the information space of modern society. Elderly people are vulnerable to information threats in the modern world, which has a negative impact on psychological well-being and perception of the safety of their life situation. Age-related social characteristics, a decrease in the level of physiological health and cognitive processes, increased suggestibility, social deprivation and stress in old age are conditions that activate the effect of information threats. Reflectivity, prosocial behavior, and stress resistance act as personal resources in overcoming information threats and ensuring psychological well-being in old age.

*Keywords:* psychological well-being, old age, social deprivation, life safety, information space, information impact.

**Бересток Татьяна Борисовна**

Аспирант, Московский гуманитарный университет  
bertat1@yandex.ru

**Кабанова Ксения Владимировна**

Аспирант, Московский гуманитарный университет  
i\_kseniya@mail.ru

*Аннотация:* Статья посвящена социально-возрастным аспектам представлений о благополучии жизни и психологической безопасности в рамках анализа жизненной ситуации лиц пожилого возраста в информационном пространстве современного общества. Лица пожилого возраста уязвимы к информационным угрозам современного мира, что оказывает негативное влияние на психологическое благополучие и восприятие безопасности жизненной ситуации. Возрастно-социальные особенности, снижение уровня физиологического здоровья и когнитивных процессов, повышенная внушаемость, социальные депривации и стресс в пожилом возрасте являются условиями, активизирующими действие информационных угроз. Рефлексивность, просоциальное поведение, стрессоустойчивость выступают в качестве личностных ресурсов в преодолении информационных угроз и в обеспечении психологического благополучия в пожилом возрасте.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие, пожилой возраст, социальная депривация, безопасность жизни, информационное пространство, информационное воздействие.

В условиях интенсивного развития информационного общества и цифровых технологий лица пожилого возраста становятся наиболее уязвимыми слоями населения, что связано с социально-возрастными аспектами жизненной ситуации, оказывающей влияние на представления о благополучности жизни. Лица пожилого возраста становятся уязвимы и к различного рода негативной социальной информации, которая является основным массовым средством общения и воздействия и оказывает влияние на состояние их безопасности и восприятия психологического благополучия проживаемой жизненной ситуации. В связи с этим актуальным является анализ социально-возрастных аспектов представлений о психологическом благополучии в рамках анализа жизненной ситуации лиц пожилого возраста в информационном пространстве современного общества.

Информационные потоки в современном обществе играют значительную роль, являясь важным фактором развития общественных отношений. Информационные воздействия квалифицируются как негативные, если вызывают психоэмоциональную и социально-психологическую напряженность, искажение нравственных критериев и норм, морально-политическую дезориентацию и, как следствие, неадекватное поведение отдельных лиц, групп и масс людей. Манипуляция сознанием начинается и проявляется в обычных жизненных ситуациях. Освобождению сознания от однобокой информационной зависимости, его раскрепощению могут способствовать приобщение любви к искусству, природе, а также творческому отношению к жизни [2; 3; 9]. Информационное пространство может быть как конструктивным, так и деструктивным с точки зрения риска развития социального стресса, что особенно важно для лиц пожилого возраста по причине их социально-возрастной уязвимости

к негативным социальным явлениям, в том числе и информационного характера.

В современном обществе заметно влияние геронтофобных установок по отношению к старости и пожилым людям на уровне обыденного сознания, поскольку лица пожилого возраста в экономическом аспекте обречены на минимум финансового прожиточного обеспечения, в социальном аспекте выражена низкая востребованность как активных членов общества. Социально-возрастные аспекты жизненной ситуации лиц пожилого возраста обуславливают формирование дополнительных нагрузок на психику, делая пожилого человека эмоционально уязвимым к негативным факторам информационного пространства современного общества, оказывая влияние на его информационно-психологическую безопасность и психологическое благополучие. Проблемы пожилых людей обусловлены появлением целого ряда деприваций, к которым относятся, прежде всего, проблемы физиологического старения организма и утрата социальной востребованности. Возрастные изменения лиц пожилого возраста ведут не только к трансформации нормального функционирования физиологии организма, но и к нарушениям психологического здоровья, среди которых выделяются нарушение когнитивных функций и эмоционально-чувственного восприятия действительности, что в первую очередь «затрагивает изменения в психических процессах: притупляется восприятие, нарушается память человека, изменяется мышление, становятся неуправляемыми эмоции» [6, с. 49]. К проблемам, которые негативно влияют на эмоциональную сферу лиц пожилого возраста, согласно Л.В. Овчинниковой, относятся «неадекватное восприятие себя как личности; переживание состояния эмоционального неблагополучия; плохая адаптация к быстро меняющимся социально-экономическим условиям; нарушение системы межличностных и личностно-групповых коммуникаций» [10, с. 26]. Данные факторы на фоне снижения соматического здоровья и низкой самооценки формируют у лиц пожилого возраста высокий уровень тревожности с признаками депрессии и повышенной враждебности, что делает их уязвимыми к информационным угрозам современного мира, оказывает негативное влияние на психологическое благополучие их жизненной ситуации.

Понимание того, как разворачивается социальное и информационное взаимодействие лиц пожилого возраста с окружающим миром, с людьми, с самим собой, позволяет раскрыть логику развития его возможностей в решении возникающих проблем негативного информационного воздействия и обеспечения психологической безопасности. В этой связи необходимо отметить возникновение у лиц пожилого возраста различного рода социальных деприваций, которые выражаются в разрушительных процессах, проявляющихся в следующем: «межличностные связи изменяются, трансформи-

руются и просто утрачиваются, так же как разрываются социальные взаимосвязи с широким кругом общественного окружения, взаимодействия между людьми постоянно модифицируются, в конечном итоге они могут исчезнуть под воздействием тех или иных жизненных обстоятельств» [6, с. 56]. Депривация лиц пожилого возраста в социальном взаимодействии обусловлена изменением профессионально-трудового статуса, так как «по мере окончания трудовой деятельности отыгрываются различные жизненные, социальные, профессиональные роли, утрачиваются статусы и исчезают общественные позиции, которые человек имел в профессиональной сфере» [6, с. 56]. В информационном пространстве, в котором существуют различные угрозы манипулятивного воздействия, значительную роль для лиц пожилого возраста играет уровень социального и психологического стресса. В пожилом возрасте человек сталкивается с целым рядом стрессовых ситуаций, к которым относятся смена активного образа жизни на пассивный при выходе на пенсию, потеря близких лиц, потеря здоровья и получение инвалидности, что имеет свои последствия в восприятии степени благополучности собственной жизни. Кроме того, стрессы могут возникать из-за индивидуальных особенностей, таких как ранимость, недоверие и невозможность принять перемены. В настоящее время при влиянии негативного информационного воздействия лица пожилого возраста испытывают эмоциональную тревожность, что повышает уровень стресса их жизненной ситуации и снижает степень их психологической благополучности, повышая ощущение угрозы [1; 6]. Таким образом, социальные депривации и стресс в пожилом возрасте являются условиями, повышающими действие информационных угроз на лиц пожилого возраста и оказывающими влияние на их поведение и принятие жизненных решений.

Социально-психологическими условиями, влияющими на характер информационного воздействия на лиц пожилого возраста, в том числе манипулятивное влияние сетей Интернет и цифровых технологий, являются ряд личностных характеристик, к которым относятся внушаемость, рефлексивность, оптимизм, психологическое благополучие, просоциальное поведение, стрессоустойчивость, самореализация, ценности цифровизации и потребность в познании [2; 5]. Данные социально-психологические свойства лиц пожилого возраста выступают в качестве личностных ресурсов в преодолении информационных угроз, в обеспечении информационной безопасности и достижения психологического благополучия.

Психологическое благополучие как социально-психологическая категория в самом общем виде отражает уровень удовлетворенности жизнью в зависимости от ситуации жизнедеятельности, которая имеет свою специфику у лиц пожилого возраста. Психологическое

благополучие на субъективном уровне отражает гармоничность личности, ее целостность, которая зависит от наличия ясных целей, личностных ресурсов для достижения целей, успешности в реализации жизненных планов и удовлетворенности межличностными отношениями. Базовым понятием с этой точки зрения является понятие «субъективное благополучие», которое рассматривается, как когнитивно-эмоциональный компонент удовлетворенности жизнью. Субъективное благополучие включает в себя личностные диспозиции, ценности, ожидания и цели, которые и определяют уровень удовлетворенности жизнью и позитивное отношение к ней у лиц пожилого возраста [4].

В научных исследованиях существует ряд подходов к изучению психологического благополучия личности. Гедонистический подход психологическое благополучие определяет через достижение удовольствия и избегание неудовольствия. Эвдемонистический подход к психологическому благополучию, который был разработан преимущественно в гуманистическом направлении научного знания, раскрывает психологическое благополучие как полноту самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах. При этом не все, что соответствует удовольствию, способствует достижению психологического благополучия, более того, жизненные трудности и переживания могут в определенных случаях выступать основой для повышения психологического благополучия человека – через более глубокое осмысление собственной жизни и жизненной ситуации, через установление гармоничных отношений с окружением, через развитие способности к сопереживанию, с чем связано просоциальное поведение личности. Просоциальное поведение определяется как действия с намерением помочь другим, не рассчитывая на вознаграждение. Оно тесно связано с понятиями эмпатии, альтруизма и манипуляции, которые предназначены для того, чтобы принести пользу другому человеку, в противовес поведению, преследующему личные цели [5]. Просоциальное поведение лиц пожилого возраста является условием обретения психологического благополучия в пожилом возрасте.

Субъективные факторы снижения психологической благополучности лиц пожилого возраста определяются рядом личностных качеств. Личностным детерминантом у лиц пожилого возраста, которое оказывает влияние на повышение негативного воздействия информационной среды, являются внушаемость. Внушаемость отражает восприимчивость к чужому мнению и к чужому влиянию, в том числе и посредством манипулятивных инструментов информационного пространства современного социума. В период кризисных изменений в обществе, как считает Г.В. Грачев, повышается уровень внушаемости лиц пожилого возраста, что приводит к уменьшению ощущения уверенности и безопасности, а вместо этого

возникает чувство ничтожности и беззащитности [2; 3]. Противоположным личностным качеством, обеспечивающим снижение манипулятивного информационного воздействия, является рефлексивность, которая складывается из понимания своей жизненной ситуации и системы взаимодействия в ней на основе анализа нравственно-моральных принципов и их переосмысления. В процессе рефлексии, как показал А.В. Карпов, личность определяет свою уникальность и место в социальной среде. Иллюзии, связанные с защищенностью, могут быть ошибочными при обнаружении и оценке важности параметров ситуации, которые могут представлять или не представлять угрозу [7].

Значительное число лиц пенсионного возраста сохраняют работоспособность, компетентность, интеллектуальный потенциал. Люди данной возрастной категории «отстаивают свои права на активную жизнь в обществе, могут осваивать и новые профессии, совершенствоваться в сфере своего привычного дела» [1, с. 38]. Пожилой возраст выдвигает множество задач возрастного развития, решение которых влияет на качество жизни и психологическое благополучие пожилого человека в информационном пространстве современного социума. Как пишет О.П. Кашина, «в старости главной задачей человека является осознание и принятие ценности прожитой жизни... в это время очень важно осмыслить необходимость личностной работы по завершению начатого... оценить и переосмыслить все свои достижения и неудачи [8, с. 55]. Способность к рефлексии дает возможность «положительно оценить свою предшествующую жизнь, с чувством полного удовлетворения подвести ее итоги как в профессиональной деятельности, общественных, социальных отношениях, так и по линии брака и семьи» [8, с. 55]. Успешное решение данных задач в пожилом возрасте связано с потребностью в познании, которое выступает личностным фактором, отражающим степень склонности к познавательной деятельности, требующей усилий. Потребность в познании в пожилом возрасте позволяет сохранить психологическое здоровье, то есть адекватность восприятия себя и восприятия окружающего мира, психологическую устойчивость к негативным информационным влияниям при взаимодействии с информационными потоками [5].

Таким образом, представления о благополучии жизни и психологической безопасности в информационном пространстве современного общества у лиц пожилого возраста опосредованы социально-возрастными аспектами и особенностями жизненной ситуации. Негативное влияние на психологическое благополучие и восприятие безопасности жизненной ситуации у лиц пожилого возраста могут оказывать различного вида информационные угрозы, манипулятивное влияние сетей Интернет и цифровых технологий, что связано с социальной и психологической уязвимостью людей данной возраст-

ной категории. Снижение уровня физиологического здоровья, когнитивных способностей, социальные депривации и стресс, повышенная внушаемость в пожилом возрасте являются условиями, которые усиливают действие информационных угроз на лиц пожилого воз-

раста. В качестве личностных ресурсов в преодолении информационных угроз и в повышении психологического благополучия в пожилом возрасте выступают рефлексивность, просоциальное поведение и стрессоустойчивость.

---

ЛИТЕРАТУРА

1. Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2016. – 112 с.
2. Грачев Г.В. Информационно-психологическая безопасность личности: состояние и возможности психологической защиты. – М.: Изд-во РАГС, 2003. – 120 с.
3. Грачев Г.В. Манипулирование личностью: организация, способы и технологии информационно-психологического воздействия. – М.: ИФРАН, 2008. – 230 с.
4. Донцов А.И. Доверие и субъективное благополучие как основание психологической безопасности современного общества / А.И. Донцов, Е.Б. Перельгина, О.Ю. Зотова [и др.]. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2018. – 578 с.
5. Ежеская И.Т. Личностные ресурсы в обеспечении информационной угрозы // Гуманитарный вектор. – 2011. – №1 (25). – С. 104-107.
6. Згурская Е.Н. Ресоциализация пожилых людей групп депривации средствами социально-культурных технологий: дис. ... кандидата педагогических наук: 13.00.05. – СПб., 2017. – 220 с.
7. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. – М.: Изд-во Ин-т психологии РАН, 2004. – 421 с.
8. Кашина О.П. Единство и разнообразие жизненного пути человека зрелого возраста в современном обществе: дис. ... кандидата философских наук: 09.00.11. – Нижний Новгород, 2016. – 200 с.
9. Костюк А.В., А.И. Примакин. Информационно-психологическая безопасность личности: проблемы и подходы // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2018. – № 3 (79). – С. 227-230.
10. Овчинникова Л.В. Психофизиологическое состояние пожилого человека в период его выхода на пенсию // Вестник ЮУрГУ. – 2012. – № 8. – С. 22-27.

---

© Бересток Татьяна Борисовна (bertat1@yandex.ru), Кабанова Ксения Владимировна (i\_kseniya@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ЭЛЕКТРОННОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО: ПОНЯТИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ, УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ, ПРИМЕНЕНИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ

## E-MENTORING: CONCEPT, TOOLS, IMPLEMENTATION CONDITIONS, APPLICATION IN EDUCATIONAL PRACTICE

**O. Dolidovich  
D. Sakaeva  
V. Parfenova**

*Summary:* The article examines the development of electronic mentoring (concept, tools, implementation conditions, application in domestic educational practice). It is shown that today the format of electronic mentoring is becoming increasingly popular due to the intensive development of digital technologies. Some mandatory aspects of the interaction between mentor and mentee are identified and specified. The features of the development of electronic mentoring in the system of general and higher education are considered.

*Keywords:* distance technologies; mentoring; education; digital resources; e-mentoring.

**Долидович Олеся Михайловна**

д-р ист. наук, доцент, Сибирский федеральный университет (Красноярск)  
dolidovich@mail.ru

**Сакаева Дарья Николаевна**

Сибирский федеральный университет (Красноярск)  
daryasakaeva@gmail.com

**Парфенова Вероника Игоревна**

Сибирский федеральный университет (Красноярск)  
parfenovanika646@gmail.com

*Аннотация:* В статье исследуются вопросы развития электронного наставничества (понятие, инструменты, условия реализации, применение в отечественной образовательной практике). Показано, что на сегодняшний день формат электронного наставничества становится все более востребованным благодаря интенсивному развитию цифровых технологий. Определены и конкретизированы некоторые обязательные аспекты взаимодействия наставника и наставляемого. Рассмотрены особенности развития электронного наставничества в системе общего и высшего образования.

*Ключевые слова:* дистанционные технологии, наставничество, образование, цифровые ресурсы, электронное наставничество.

### Введение в проблему

С развитием цифровых технологий многие организации и предприятия все чаще используют электронное наставничество в целях обучения и развития своих сотрудников. Однако, несмотря на растущее значение, электронное наставничество остается относительно малоизученным феноменом. В научной литературе существуют различные определения и дефиниции самого понятия, нет четких и согласованных суждений относительно принципов эффективных программ электронного наставничества. Его часто сравнивают с очным, подразумевая, что оно является лишь альтернативой традиционной модели, личному наставничеству. Целью настоящей статьи является обзор научной литературы о существенных элементах электронного наставничества, а именно – понятии, инструментах, условиях реализации, выявлении проблем и перспектив реализации в образовательной практике. Концептуальное осмысление этого феномена способствует повышению значимости эмпирических исследований.

### Понятие электронного наставничества

Во второй половине XX в. наставничество было при-

знано одним из важнейших условий личного и профессионального успеха, стало внедряться в образовании, промышленности и бизнесе. В научной литературе началось теоретическое осмысление наставничества на основе анализа разнообразных примеров из практики. Современное понимание сути наставничества сводится к способу передачи знаний и навыков от опытного сотрудника (профессионала) молодому (новому) сотруднику. Различные исследователи сходятся в том, что наставником осуществляется передача также социального капитала и оказание психосоциальной поддержки с целью профессионального или карьерного роста. Работники принимают участие в программах наставничества для совершенствования своих знаний и квалификации, повышения заработной платы, продвижения по службе. Использование наставничества позволяет организациям устанавливать атмосферу доверия между сотрудниками, улучшать качество индивидуальной и командной работы, развивать эффективные коммуникации между структурными подразделениями, обеспечивать преемственность разных поколений работников [6].

Наставничество следует отличать от коучинга – использования консультантом психологических (пове-

денческих) методов и приемов с целью оказания помощи клиенту в достижении целей, связанных с личным и профессиональным саморазвитием. Коучинг направлен на реализацию внутреннего потенциала человека, повышение его самооценки, формирование творческого подхода к решению проблем на основе доверительных взаимоотношений с консультантом. Разница между коучингом и наставничеством не абсолютна, заключается в степени и нюансах: коучинг представляет собой краткосрочную или среднесрочную деятельность, ориентированную на достижение результатов лишь в какой-либо одной сфере, наставничество – долгосрочные или среднесрочные отношения, нацеленные на профессиональный и карьерный рост [11].

Благодаря развитию технологий и глобальному распространению интернета, в 1990-е – начале 2000-х гг. появились первые программы электронного наставничества (также известного как «телементоринг», «киберменторинг», «наставничество по электронной почте», «компьютерное наставничество», «виртуальное наставничество», «онлайн-наставничество», «интернет-наставничество»). Сегодня электронное наставничество рассматривается как опосредованные электронными средствами связи отношения между наставником и наставляемым, что дает возможность преодолевать географическую и психологическую дистанцию между людьми. В некоторых случаях такой формат взаимодействия просто необходим – когда личные встречи невозможны (например, при работе с молодыми специалистами, проживающими в сельской местности, или людьми, которые не имеют средств на проезд для встреч с наставником, также при реализации инклюзивного обучения и др.). Электронное наставничество преследует те же цели, что и традиционное наставничество. В отношениях наставника и наставляемого происходит обучение и обмен информацией, но также должен присутствовать уровень психологической поддержки и консультирования [3].

#### Цифровые инструменты электронного наставничества

Как уже было сказано, традиционное и электронное наставничество в первую очередь различаются типом используемых средств коммуникации: первое осуществляется через личные встречи, второе – на основе опосредованной связи, какой-либо цифровой технологии. При гибридном или смешанном наставничестве происходит комбинирование личных взаимодействий и компьютерных технологий с возможностью как синхронного, так и асинхронного общения [5].

Если на начальном этапе развития электронного наставничества использовалась фактически только электронная почта, то современные технологии позволяют

применять весьма широкий спектр программ, приложений и интернет-ресурсов для решения самых разных задач: обмена сообщениями (электронная почта и мессенджеры); организации встреч, конференций, вебинаров, консультаций, обсуждений (программы, позволяющие совершать видеозвонки и конференц-звонки, а также обеспечивающие передачу текстовых сообщений и файлов); дистанционного обучения и разработки онлайн-курсов (системы управления образовательными электронными курсами, виртуальные обучающие среды), контроля знаний и мониторинга достижений (конструкторы форм, опросов, тестов), обмена данными (облачные сервисы), а также создания обучающих видео, презентаций, интеллектуальных карт; проектирования сред для профессионального развития, онлайн-сообществ, каналов (в социальных сетях); форумы, календари и др. Используется не только компьютер, но и смартфоны и другие мобильные устройства [11].

Таким образом, благодаря наличию такого разнообразия цифровых инструментов электронное наставничество предлагает широкий спектр возможностей, которыми не обладает личное наставничество: быстрый обмен информацией, асинхронный режим взаимодействия, оперативная помощь, автоматизированный сбор данных, легкость оценивания, и даже возможность применения таких технологий, как нейросети, большие данные, голосовые помощники и др. [14].

#### Условия реализации программ электронного наставничества

Для того, чтобы электронное наставничество стало успешным, необходимо обеспечить некоторые обязательные условия. Во-первых, требуется тщательное предварительное планирование. Инициаторам таких программ следует ориентироваться на реальные запросы обучающихся, для выявления которых можно проводить регулярные опросы. Во-вторых, следует прописать цель и структуру программы. Цели обычно поддаются количественной оценке и касаются всех важных аспектов изучаемого материала. Четкая структура позволяет обеспечить целостность и системность содержания. В-третьих, нужно обозначить точные временные рамки. Наставничество длится определенный период времени и включает различные этапы (недели, модули, семестры и т.д.). Общение наставника и наставляемого должно быть регулярным, важны простота и частота взаимодействия. Следует избегать длительных периодов молчания, потому что они приводят к незаинтересованности. Помимо взаимодействия по электронной почте необходимо подключать разные средства связи (телефонные звонки, личные встречи и др.). В-четвертых, важную роль играет обеспечение административной и технической поддержки. Под административной поддержкой

имеется в виду, что наставничество должно быть санкционировано руководством. Отношения наставничества следует рассматривать не как что-то, что делается в свободное от работы или учебы время. Работа по планированию программы, консультированию участников, оцениванию и т. д. – должна быть сделана качественно, а значит, фиксироваться и оплачиваться. Важную роль играет деятельность кураторов проектов, которые занимаются техническими и организационными вопросами (информирование, заполнение документов и т.п.). В-пятых, надлежит отобрать участников и средства коммуникации. От наставников и наставляемых требуется компетентность в письменной коммуникации и технические навыки для работы через интернет. Решающее значение имеет установление позитивных межличностных отношений наставника и наставляемого, должны существовать взаимное уважение, доверие и комфорт. В-шестых, участникам программ наставничества следует придерживаться определенных стратегий. Стратегия наставника: делиться информацией о себе и своих профессиональных интересах; быть честным и открытым; признать, что наставничество – отношения с обратной связью, в которых нужно учиться и извлекать пользу; сохранять конфиденциальность относительно характера взаимодействия с наставляемым, его личных данных, предоставить ему возможность свободно задавать вопросы, не опасаясь осуждения. Стратегия наставляемого: понимать свою цель в отношении наставничества; найти наставника, которому можно доверять; быть готовым работать в соответствии с указаниями наставника; просить наставника о помощи и обращаться за обратной связью. Наставляемые также ждут от наставника, что он обеспечит руководство, поддержку, мотивацию, разделит радости и разочарования, поддержит профессиональное развитие, окажет консультации, поделится информацией и ресурсами. В-седьмых, полагается завершить отношения наставничества на позитивной ноте, поскольку последние впечатления остаются надолго. В дальнейшем стороны могут продолжить взаимодействие неформальным образом. В-восьмых, подводятся итоги проделанной работы. Лучше всего, если наставник и наставляемый предоставят письменные отчеты. По результатам анализа происходит стимулирование наставников, принимаются решения о распространении лучшего опыта наставничества, публикации результатов работы или информационных материалов [13].

К недостаткам электронного наставничества относят высокую вероятность недопонимания, более медленного развития отношений, чем при личном наставничестве. Участники некоторых программ оценивают работу в них положительно, при этом отмечая, что глубокие связи между наставниками и наставляемыми возникали относительно редко. Сложно установить отношения, если люди никогда не встречаются вживую, для доверитель-

ных отношений необходимо время, общение и совместная работа, обе стороны должны охотно и своевременно реагировать на сообщения и запросы. Наставничество может оказаться неэффективным в случае, если в компании поощряется конкуренция между сотрудниками, когда оно функционирует формально – только на основе нормативного положения, без выстраивания системной работы по заинтересованности всех участников [12].

Все еще остаются открытыми вопросы, на которые исследователям только предстоит ответить: насколько эффективно электронное наставничество в сравнении с традиционным? Как в условиях дистанционного взаимодействия обеспечить эффективную трансляцию опыта и знаний, способствовать вовлечению и сплочению сотрудников, поддерживать высокий уровень их продуктивности? Каким образом поддерживать отношения на протяжении длительного времени? Каковы этические ограничения электронного наставничества? и др.

#### Электронное наставничество в образовательных организациях

В российской практике электронное наставничество широко представлено в педагогической среде. Предпосылками его развития в этой области являются: заинтересованность администраций образовательных учреждений в развитии профессионального мастерства учителей в условиях растущих требований к их квалификации; цифровизация системы образования – даже на уровне отдельного учреждения существует совокупность информационных систем, объединяющих всех участников образовательного процесса; интенсивное развитие информационно-компьютерных технологий – сервисов, приложений, упрощающих общение, обучение, совместную деятельность, обмен опытом [10, 11].

Преимущества электронного наставничества заключаются в индивидуализации профессионального развития педагогов в последипломном образовании, формировании информационно-образовательной среды для учителей, мотивации педагогов с небольшим педагогическим стажем к развитию профессиональных навыков, привлечению к наставничеству учителей со значительным стажем. Слабые стороны заключаются в необходимости информационно-технологической компетентности у участников таких программ и наличия у них компьютеров и высокоскоростного интернета, большой нагрузке на наставников, недостаточной мотивации к развитию профессиональных навыков и участию у учителей с большим стажем. Молодые педагоги часто отмечают ряд негативных моментов, возникающих при реализации программ наставничества: формальный подход наставников к выполнению своих обязанностей и как следствие отсутствие системной работы с настав-

ляемыми, непроработанность конкретных регламентов взаимодействия, работу в условиях ограниченного времени и высокой нагрузки [4, 8, 9]. В целом электронное наставничество признано одной из наиболее эффективных форм профессионального развития педагогических работников: «Цифровое наставничество облегчает взаимодействие и сотрудничество наставников и наставляемых в педагогическом пространстве России, становится комфортной средой для реализации парадигмы обучения в XXI веке в контексте эффективного использования информационных технологий, систем и ресурсов» [7, с. 111.]

В настоящее время при реализации различных проектов, основанных на электронном наставничестве, обычно разрабатываются специальные цифровые платформы. Они создаются под многолетние проекты, позволяющие оформить модели наставничества на уровне региона или муниципалитета, организовать работу наставников с наставляемыми, вести отчетную документацию, проводить мониторинг обучения педагогических кадров, реализовывать требования вышестоящих органов и др. Такие системы молодому специалисту дают возможность: выбирать наставника по его электронному портфолио и размещать собственное; осуществлять постоянное взаимодействие с наставником; составлять индивидуальный план или график роста и работать по нему; развивать собственный профессионализм в различных аспектах (предметной области, методике преподавания, воспитательной работе, развивать психолого-педагогические, коммуникативные, информационные, управленческие и другие компетенции); получать информацию о курсах повышения квалификации, мероприятиях в конкретном регионе/городе, мастер-классах в режиме онлайн, фестивалях, тренингах и т.д. Администрации образовательных организаций используют платформы как инструмент обеспечения контроля за работой пары наставник-наставляемый, учета их рабочего времени. Здесь же размещаются методические рекомендации, описания моделей наставничества, нормативных документов, полезных ссылок, новостных лент, автоматизированные анкеты или опросы пользователей. В результате электронное наставничество, начинающееся с взаимодействия один на один, перерастает в обучающие сообщества, состоящие из единомышленников-профессионалов, которые делятся опытом, инновациями и оценкой [11].

В системе высшего образования непрерывно расширяется применение онлайн и дистанционного обучения, в связи с этим все большее распространение получает и электронное наставничество. Основные задачи электронного наставничества в вузе – вовлечение студентов

в научно-исследовательскую работу, развитие критического мышления и цифровых компетенций, обеспечение возможности обмена идеями, предложениями, обретение положительного профессионального опыта. Однако единая научно обоснованная концепция наставничества отсутствует, в каждом отдельном высшем учебном заведении реализуются разные программы наставничества: «Следует также отметить недостаточный уровень методического, инфраструктурного и институционального сопровождения наставнической деятельности в высшем образовании» [2, с. 123].

Внедрение электронного наставничества в высших учебных заведениях во многом зависит от администрации и руководства, а потому выдвигает ряд требований к ним: необходимо, чтобы они понимали смысл и цели наставнической деятельности, были готовы взять на себя организационные функции, консультируя как преподавателей, так и студентов, работали над связыванием студентов и преподавателей с работодателями и лидерами, которые могли бы играть роль наставников в проектах, участвовать в развитии наставничества, публично освещали истории успеха электронного наставничества [1, 12].

Оценка эффективности программ электронного наставничества в вузах осуществляется разными методами (через опросы, рефлексивные журналы, чек-листы, личные собеседования, неформальные обсуждения и дискуссии в фокус-группах, стенограммы электронных писем, интервью, специальные опросники для самооценки взаимодействия между подопечными и наставниками и др.). Такого рода анализ позволяет программам электронного наставничества изменяться и адаптироваться к лучшим практикам, а также регулярно совершенствоваться.

### Заключение

В цифровую эпоху электронное наставничество имеет много преимуществ, предоставляет широкие возможности для обучения и профессионального развития. Программы электронного наставничества более успешны, когда сформулированы четкие руководящие принципы, соблюдаются формальные требования к структуре и организационным процедурам. Важную роль играют инструменты электронного наставничества, поскольку факторами достижения хороших результатов в таких программах имеют частота взаимодействия и качество взаимоотношений участников. В то же время реализация электронного наставничества требует высокого уровня цифровой культуры наставника и наставляемого, дополнительных знаний и опыта общения в виртуальной среде.



## ЛИТЕРАТУРА

1. Ванькина, Г.В., Сундукова, Т.О. Электронный менторинг в высшем образовании // Разработка нового поколения научно-методического обеспечения образовательного процесса высшей школы: проблемы, решения и перспективы: материалы I Международной научно-практической конференции. Минск: БГУ, 2020. С. 45–52.
2. Гиндес Е.Г., Троян И.А., Кравченко Л.А. Наставничество в высшем образовании: концепция, модель и перспективы развития // Высшее образование в России. 2023. Т. 32. № 8–9. С. 110–129.
3. Грибанов Г.А. Особенности проведения онлайн-наставничества в условиях цифровой трансформации // Экономика будущего: тренды, вызовы и возможности. Материалы Всероссийской научной конференции с международным участием. Казань: Арттех, 2023. С. 653–658.
4. Исланова Н.Н. Педагогическое наставничество и цифровая трансформация школьного обучения: границы взаимодействия // Обзор педагогических исследований. 2021. Т. 3. № 3. С. 204–208.
5. Кларин М.В. Современное наставничество: новые черты традиционной практики в организациях XXI века // ЭТАП: экономическая теория, анализ, практика. 2016. № 5. С. 92–112.
6. Клаттербак Д. Получая максимум от развивающего менторинга. Практическое руководство для менторов и менти. М.: Центр развития коучей и менторов Елены Челокиди, 2021. 92 с.
7. Ладилова Н.А. Цифровые ресурсы в практике наставнической деятельности российских образовательных организаций // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Информатика и информатизация образования. 2022. № 3 (61). С. 95–112.
8. Патутина Н.А. Предпосылки и барьеры использования цифровых инструментов организации наставничества в педагогическом коллективе // Сибирский педагогический журнал. 2021. № 6. С. 34–46.
9. Полякова Г.Д. Концепция современного цифрового ресурса как инструмента наставничества // Наставничество в образовании: культура, идеи, технологии: Всероссийская с международным участием научно-практическая конференция. Часть 2. Екатеринбург: [б. и.], 2023. С. 533–540.
10. Черниговская Э.С. Педагогическое наставничество в условиях цифровой трансформации образования // Наставничество в образовании: культура, идеи, технологии: Всероссийская с международным участием научно-практическая конференция. Часть 2. Екатеринбург: [б. и.], 2023. С. 339–345.
11. Kovalchuck V., Vorotnyukova I. E-coaching, e-mentoring for lifelong professional development of teachers within the system of post-graduate pedagogical education // Turkish Online Journal of Distance Education. 2017. № 18 (3). Pp. 214–227.
12. Tinoco-Giraldo H., Torrecilla Sanchez E.M., Garcia-Penalvo F.J. E-Mentoring in Higher Education: A Structured Literature Review and Implications for Future Research // Sustainability. 2020. № 12. Pp. 1–23.
13. Tominaga, A., Kogo, C. Attributes of good e-learning mentors according to learners // Universal Journal of Educational Research. 2018. № 6 (8). Pp. 1777–1783.
14. Williams S.L., Kim J.C. E-mentoring in Online Course Projects: Description of an E-Mentoring // International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring. 2011. № 9 (2). Pp. 80–95.

© Дolidovich Олеся Михайловна (dolidovich@mail.ru), Сакаева Дарья Николаевна (daryasakaeva@gmail.com),  
Парфенова Вероника Игоревна (parfenovanika646@gmail.com).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

## ПРОЦЕССУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

A PROCESSUAL APPROACH  
TO PERSONAL SELF-REALIZATIONM. Ziman  
Yu. Tokareva

*Summary:* The article considers the problem of self-realization, taking into account the established theoretical approaches to its study and the modern understanding of the process of personality development. There is a lack of a relevant approach to modern research on self-realization, revealing the dynamism and processual nature of a person. The processual approach is an opportunity to understand the peculiarities of personal self-realization in a dynamic, rapidly changing society, global upheavals and challenges of the uncertain future. The conducted research allows us to develop a model for studying personal self-realization from the point of view of a processual approach in personality psychology. The purpose of the article is a theoretical and methodological substantiation of the processual nature of personality. A theoretical analysis of views on the process of personal self-realization is carried out. Based on the concepts of "process" and "processual", "self-realization", the main categories are analyzed. Based on the analysis, the definition of self-realization as a dynamic, processual phenomenon is proposed, which implies personal growth, self-realization in life and daily activities, the assertion of one's own special and independent path. It is concluded that self-realization is aimed at unlocking the potential of a person in the process of social activity. The main directions and psychological mechanisms of self-realization within the framework of the processual approach are substantiated and considered. A processual approach to the construction of a theoretical model of personal self-realization is described, based on the ideas of S.L. Rubinstein, A.N. Leontiev and V.P. Serkin, as well as the provisions of the procedural approach in personality psychology. S.N. Kostromina and N.V. Grishina, L.A. Korostyleva suggest a procedural approach to the study of self-realization, which reflects the essential relationships and connections between the levels of self-realization: the primitive performing level, the individual performing level, the level of realization of roles and norms in society (with elements of spiritual and personal growth) and the highest level of self-realization - the level of meaningful life and value realization (realization of essential authenticity). The procedural approach to self-realization, in our opinion, reflects a specifically human way of existence, reveals the procedural, dynamic nature of personality. Based on this approach to understanding self-realization, it is possible to understand the psychological mechanisms of personality development and its achievement of high efficiency and effectiveness.

*Keywords:* self-realization, personal meaning, personality development, personality psychology, process, processuality, processual approach.

Зиман Марина Алексеевна

Аспирант, Дальневосточный федеральный университет,  
г. Владивосток  
ziman.mal@dvfu.ru

Токарева Юлия Александровна

Доктор психол. наук, доцент, ФГАОУ ВО «Уральский  
федеральный университет имени первого Президента  
России Б.Н. Ельцина», г. Екатеринбург,  
ulia.tokareva@yandex.ru

*Аннотация:* В статье рассматривается проблема самореализации с учетом сложившихся теоретических подходов к ее изучению и современного понимания процесса развития личности. Отмечается отсутствие релевантного подхода к современным исследованиям самореализации, раскрывающих динамичность и процессуальную природу человека. Процессуальный подход представляет собой возможность понять особенности самореализации личности в условиях динамичного, стремительно изменяющегося общества, глобальных мировых потрясений и вызовов неопределенности будущего. Проведенное исследование позволяет разработать модель изучения самореализации личности с точки зрения процессуального подхода в психологии личности. Цель статьи состоит в теоретико-методологическом обосновании процессуальной природы личности. Проведен теоретический анализ взглядов на процесс самореализации личности. С опорой на понятия «процесс» и «процессуальность», «самореализация» проанализированы основные категории. На основании проведенного анализа предложено определение самореализации как динамического, процессуального явления, где подразумевается личностный рост, осуществление себя в жизни и повседневной деятельности, утверждение своего особого и самостоятельного пути. Сделан вывод о том, что самореализация направлена на раскрытие потенциала личности в процессе общественной деятельности. Обоснованы и рассмотрены основные направления и психологические механизмы самореализации в рамках процессуального подхода. Описан процессуальный подход к построению теоретической модели самореализации личности, с опорой на представления С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева и В.П. Серкина, а также положения процессуального подхода в психологии личности. С.Н. Костромин и Н.В. Гришиной, Л.А. Коростылевой предлагается процессуальный подход к изучению самореализации, который отражает сущностные отношения и связи между уровнями самореализации: примитивно-исполнительский уровень, индивидуально-исполнительский уровень, уровень реализации ролей и норм в социуме (с элементами духовного и личностного роста) и наивысший уровень самореализации - уровень смысложивущей и ценностной реализации (реализации сущностной аутентичности). Процессуальный подход к самореализации, на наш взгляд, отражает специфически человеческий способ существования, раскрывает процессуальную, динамичную природу личности. Основываясь на таком подходе к пониманию самореализации, можно понять в психологические механизмы развития личности и достижения ею высокой эффективности и результативности.

*Ключевые слова:* самореализация, личностный смысл, развитие личности, психология личности, процесс, процессуальность, процессуальный подход.

Современная действительность, создающая новые условия для существования и развития человека, является неустойчивой, неопределённой, быстро изменяющейся. В эпоху цифрового времени и пространства ученые предлагают рассматривать личность как открытую динамичную систему (А. Бергсон, Г. Оллпорт, Л.И. Анцыферова, А.Г. Асмолов, А.Л. Журавлев, В.А. Петровский и др.). Открытость динамике, готовность включиться в предлагаемые условия, найти и развить себя, формируя при этом целостность, лежат в основе успеха, удовлетворения и самодостаточности личности.

Актуальность использования процессуального подхода к рассмотрению самореализации личности обусловлена заделом, имеющимся прежде всего в отечественной психологии, а также его использовании в современных зарубежных исследованиях.

Анализ психологической литературы по проблеме показал, что многочисленные исследования, рассматривая различные феномены, обращаются к процессуальному подходу. Например работы, в которых изучается процесс развития, в том числе возрастного, профессионального и т.п. Работы, в которых имеет место рассмотрение форм поведения, которые постоянно и непрерывно изменяются во времени, где стабильные состояния трансформируются и перестают быть устойчивыми и неизменными (Л.А. Коростылева, Т.Ю. Иванова, А.А. Маленов и др.).

С.Н. Костромина и Н.В. Гришина предлагают рассматривать личность через категорию процессуальности, как открытую систему с индивидуальным опытом, с возможностью и стремлением к изменению. Открытая система находится в процессе постоянного взаимодействия с окружающей средой [10].

Понятие «процессуальность» близко к «динамичности»; сходство понятий заключается в том, что оба термина характеризуют состояние системы; отличие процессуальности от динамичности – в непредсказуемости, непостоянстве, множественности возможных состояний и готовности к изменениям [11].

Процесс и процессуальность, при всей их тождественности, имеют ряд принципиальных различий. Процесс – это движение, временная последовательность действий, событий, явлений; процессуальность – состояние изменчивости, способность к трансформации и преобразованиям [13].

Процессы и процессуальность рассматривались в работах таких философов, как А. Уайтхеда, А. Бергсона, М. Хайдеггера, А. Лефевра. Так, А. Уайтхед рассматривает процессы в качестве временных движений, где реальность интерпретируется как моменты опыта, а для

А. Бергсона продолжительность процесса символизирует непрерывность, где процессы переживания отличаются друг от друга [3].

М. Хайдеггер подчеркивает, что индивиды активны и погружены в окружающую среду; в то время как процессуальная точка зрения А. Лефевра акцентирует внимание на том, как происходят изменения. По сути, данные философские точки зрения на процесс и процессуальность помогают исследовать, как происходят те или иные результаты, понять, как создаются изменения, проследить онтологию становления как результат трансформационного процесса [по 16].

Итак, для процесса характерно фокусирование на целостности при переходе от одного этапа к другому, для процессуальности значимы не отдельные этапы, а единство системы, связанность всех ее элементов, где каждая из подсистем постоянно изменяется, трансформируется.

Характеристикой процессуальности является целостность, которая подразумевает «открытость системы». Личность постоянно взаимодействует и взаимодейщается с окружающим миром. По словам Г. Оллпорта, «личность как открытая система» предполагает единство, уникальность и активность, личность способна к познанию и самоосознанию [15].

В отечественной психологии подвижность и динамичность психики рассматривается в рамках теории деятельности (А.Г. Асмолов, В.А. Петровский) и др.). Под динамичностью личности подразумевается активность самой личности, «творчество себя», переработка, усвоение и трансформирование личностного опыта [7]. Именно динамичность подчёркивает целенаправленность личности, деятельное отношение к жизни и труду, субъективность, готовность и способность личности к преобразованию.

Открытая система способствует протеканию неравновесных процессов, создавая условия для внесения и оттока информации и энергии, что создает нарушение баланса между внутренним миром и средой; происходит появление личностных новообразований, выражающиеся в действиях, поступках субъекта и т.д.

Для процессуальности характерны противоречивость и непостоянство системы. Процессуальность сосредотачивается на феноменах, где на первый план выходят изменчивость, подвижность, текучесть, незавершенность.

Г. Оллпорт отмечал, что личность является скорее переходным процессом, чем законченным продуктом: она обладает некоторыми устойчивыми чертами, но в то же время постоянно изменяется [15]. Такой подход был

близок представителям гуманистической психологии.

В частности, А. Маслоу считал, что личность никогда не бывает полностью завершённой, она находится в процессе постоянного изменения, развития и становления [9].

Целостность во времени – характерная отличительная черта процесса и процессуальности. Процесс может быть как непрерывным, так и прерывистым (например, скачкообразный переход от одного состояния к другому и т.д.). Процессуальность проявляется через непрерывность в процессе существования, через сосуществование прошлого и будущего.

Процессуальность характеризуется неопределённостью и бесконечностью, где из огромного числа вариаций, возможен только один вариант выбора. Неопределённость предполагает открытость системы, в результате чего происходят изменения по «горизонтали» и «вертикали» [13].

Горизонтальная плоскость — это историческая процессуальность, где происходит сохранение ранее приобретённых функций. Вертикальная процессуальность – существование «здесь и сейчас», конструирует изменения, но не определяет результат, задает только общее направление.

Горизонтальность и вертикальность процессуальности наделяют пространство временной структурой, совмещающая два параметра – время (вертикальный регулятор) и пространство (горизонтальный).

Личность непрерывно изменяется, переходя от одного состояния к другому. А. Бергсон подчеркивает, что живой организм имеет длительность: прошлое продолжается в настоящем, настоящее в будущем [3].

Изменения в пространстве образуют новые структуры; накапливая энергию, структуры стремятся к порядку. Жизнь – это проявление процессуальности, а творчество создает новые структуры, где устанавливаются системные связи [8].

Процессуальные системы порождают новые элементы, изменяются структурно и содержательно. Способность и готовность изменяться, наличие внутренних условий говорит о том, что личность – открытая, целостная саморазвивающаяся система, обладающая потенциальной способностью к самоизменениям.

В отечественной психологии идеи процессуальности бытия рассматривались в работах С.Л. Рубинштейна, А.В. Брушлинского, Л.И. Анцыферовой, Б.Д. Парыгина и др.

В работе «Бытие и сознание» С.Л. Рубинштейн описывает способ существования психического как динамический процесс; психическое явление возникает и существует в процессе взаимодействия человека с окружающим миром, в результате происходит взаимное влияние субъекта и внешнего мира. В ходе деятельности человек познает и изменяет мир [по 6]

Согласно С.Л. Рубинштейну, процессуальность психического проявляется через пространственно-временные характеристики: неоднородность и неравномерность течения времени, непрерывность (человек постоянно и непрерывно взаимодействует с миром, переходит из одного этапа жизни к другому, из одного состояния в другое).

Динамические процессы протекают гетерохромно, разнонаправленно, пересекаются, дифференцируются и трансформируются; происходит образование новых форм, структур и образований.

Человек субъективно переживает ритм времени жизни, наполняя и насыщая жизнь событиями и ситуациями, происходящими за единицу времени [9].

Процессуальность – это способность одновременно преобразовывать старое и поддерживать текущее состояние, совершенствоваться и подвергаться воздействиям, возобновляться. Вовлеченность в жизнь, привнесение в нее содержания и ценностей, аккумуляция опыта и знаний, делает жизнь динамической и осмысленной.

Личность задает вектор направленности, выступает инициатором движения и автором результатов, что является проявлением процессуальности [2].

Идеи процессуальности нашли свое продолжение в работах А.В. Брушлинского. Рассматривая мышление как динамический процесс, сопоставляя стабильное и изменяемое, он считал, что процессуальность – это целостный подход к изучению психического. А.В. Брушлинский понимает процессуальность не только как движение, темпоральность, непрерывность, но и как целостность психического. Опираясь на содержание психического, А.В. Брушлинский определяет процесс мышления как «абсолютную непрерывность», «внутреннюю взаимосвязь и преемственность между всеми стадиями, аспектами, компонентами процесса» [4]. Отмечается, что «различные стадии возникновения и развития прогнозируемого искомого непрерывно, недизъюнктивно переходят друг в друга» (там же, С. 288). Для описания процессуальности автор использует термин «недизъюнктивность».

В отличие от С.Л. Рубинштейна, считавшего «про-

цесс», «процессуальность», «динамичность» близкими, синонимичными понятиями, А.В. Брушлинский дифференцировал эти понятия, полагая, что при всей непрерывности психического как процесс, отмечал, что в нем есть что-то прерывное, но сохраняющее преемственность при переходе к следующему этапу. Процессуальность обусловлена внутренним детерминированием, источник которого – смысл. Смысл придает субъектный аспект ситуации, действию, позволяет определять разные качества одного и того же объекта [11].

В теории Б.Д. Парыгина отмечается, что личность существует и развивается в процессе, контексте социальной ситуации. В фокусе его внимания находится человек в контексте его социальных связей, взаимодействий; личность является «главным героем» социальных взаимодействий и взаимоотношений - "homo communicationis" [16].

Как считает Б.Д. Парыгин, с одной стороны, личность обладает определенной устойчивостью и межситуативным постоянством, а с другой – она изменчивая и текущая, в зависимости от ситуации [там же, 16].

Процессуальную природу личности в своих работах рассматривает Л.И. Анцыферова. Соглашаясь с одним из главных постулатов теории личности Г. Оллпорта об открытой и саморазвивающейся системе личности, автор отмечает, что личность находится в постоянном изменении, в «процессе несовпадения с собой, выходя за свои пределы» [1].

Известно, что личность формирует и преобразовывает себя в деятельности, вписывая свою деятельность в систему социальных отношений, осмысливая действительность, находя новые смыслы в действительности. Личность применяет способности и творчески подходит к своей жизни. Несмотря на заданность процессов жизни, выбор пути и направления, творческий поиск и решения, принадлежат человеку.

Человек сам решает, что будет с ним завтра и каким будет его жизненный путь. Как человек реализует свой потенциал на разных этапах жизни, зависит от самого человека. Личность сама реализует свой потенциал, творчески подходит к процессу самореализации. К. Райфф и др. считают, что самореализованная личность обладает такими психологическими аспектами, как самопринятие, цель в жизни, личностный рост, позитивные отношения с другими людьми, мастерство и автономия [10].

Практико-ориентированным направлением процессуального подхода является процессуально-ориентированная психология, также называемая процессуальной работой – это подход, который во многом лег в основу трансцендентальной психологии и базирующийся, по

заявлениям его представителей, на идеях юнгианского анализа, физики и теории информации [2].

Создателем процессуально-ориентированной психотерапии является последователь Карла Густава Юнга Арнольд Минделл (1940). Свою концепцию он основывал на работе с умирающими пациентами. Основная задача процессуально-ориентированной психотерапии – это исследовать препятствия на пути к самопознанию и помогать клиенту принимать элементы вторичного процесса. При этом вместо понятия «терапевт» в процессуальной работе используется понятие «фасилитатор», т.е. специалист, который наблюдает и раскрывает процессы клиента для самого клиента [12].

Важный вопрос, лежащий за границами процессуального подхода связан с причиной принятого решения о направлении самореализации человека.

По мнению С.И. Кудинова самореализация сложный и многогранный процесс, основанный на потенциале человека. Личная самореализация – это личностный рост, духовное развитие человека; деятельностная самореализация – реализация субъекта в профессиональной и творческой сфере; социальная самореализация направлена на раскрытие потенциала личности в процессе общественной деятельности [12].

Выделяются следующие сферы деятельности, где личность может активно реализовывать потенциал: профессиональная (творчество, спорт, бизнес, интернет), образование и общественная деятельность, увлечения, семья (личная жизнь) [7].

Э.В. Галаджинский выделяет следующие аспекты самореализации личности: продуктивный – осознание значимости и конечного продукта своих результатов, личностный аспект – человек творчески реализует потенциал и задатки, направляя их на себя и окружающий мир; процессуальный аспект проявляется в реализации личностного потенциала во времени и в процессе жизненного пути личности; деятельностный аспект заостряет внимание на совокупности потребностей, желаний, убеждений, избирательности интересов, мотивов и мотивации человека, его идеалов и ценностных ориентаций, посредством которых происходит реализация личности, личностный рост [5].

Самореализация тесно связана с волевыми качествами личности, ценностно-смысловой сферой, коммуникативными способностями, морально-нравственными качествами, с личностными особенностями: самопознанием, самоопределением, самоидентичностью, самосовершенствованием, Я-концепцией, уверенностью в себе и т.д. [14].

Согласно Ю.Н. Ворожко, самореализация человека связана со смыслом жизни, где с одной стороны, самореализация является процессуально – динамическим аспектом смысла жизни личности, с другой стороны – это реализация результатов личности в структуре социального [12].

Определяя место самореализации в процессе жизни можно заключить, что зарождение самореализации происходит в детстве. Опираясь на идеи Е.А. Никитиной и других ученых, самореализация ребенка в игровой и учебной деятельности – это активное, динамическое взаимодействие дошкольника/ученика со своим внутренним миром и внешним – образовательным пространством в деятельности. Самореализация происходит в «момент смены доминанты внутреннего и внешнего основания» [по 14].

Подростковый и юношеский возраст является следующим этапом самореализации личности. Подросток начинает активный поиск себя, творчески реализовывать свои способности. Л.Н. Дроздикова подчеркивает, что успешная самореализация подростка в деятельности невозможна без творческого начала, мотивации достижения и активной направленности на результат [7].

Ранняя зрелость (20-40 лет) является пиковым периодом самореализации личности. Для молодых людей важны достижения во всех сферах жизнедеятельности; происходит развитие знаний, умений, навыков, реализация жизненных целей и задач, профессиональное самоопределение. Молодые люди рассматривают самореализацию как средство ориентации на самосовершенствование, на развитие своих способностей; они открыты к инновациям, конкурентноспособные, осуществляют свои стремления быть социально полезными другим людям [5].

Для этапа средней зрелости (зрелости) – 40-60 лет характерно развитие физических, духовно-нравственных и интеллектуальных способностей. Зрелый возраст является пиком самореализации в профессиональной деятельности и семейной жизни. Зрелость – это период достижения высшего уровня личностного развития [6].

По мнению Л.И. Анцыферовой, зрелая личность переходит «со стадии решения поставленных перед нею жизненных задач к стадии постановки новых проблем, к формулировке качественно новых задач» [1, С. 327]. Таким образом, период зрелости отличается проявлением индивидуальности, самосовершенствованием, заботой о других и обществе.

Последним возрастным этапом самореализации является пожилой возраст (старость). На данном этапе жизни для человека важна включенность в посильную

деятельность, социальное окружение и наделение действиями социальной важности.

Современные психологи высказывают предположение об уровневой структуре самореализации (К.А. Абульханова-Славская, Ф.Е. Василюк, Л.А. и др.). Л.А. Коростылева считает, что уровень самореализации непосредственно связан с развитием личности, поскольку определяет степень адекватности приложения ее собственных усилий по самоосуществлению, выражаемых в деятельности (содейственности), творчестве (сотворчестве) [10]. Автором были выделены четыре уровня самореализации личности: примитивно-исполнительский уровень, индивидуально-исполнительский уровень, уровень реализации ролей и норм в социуме (с элементами духовного и личностного роста) и наивысший уровень самореализации - уровень смысло-жизненной и ценностной реализации (реализации сущностной аутентичности) (там же, С. 87).

По мнению Э.В. Галажинского, степень самореализации указывает на полноту самореализации, а уровень – на ее качество. Эмпирически легко устанавливается факт различия людей по степени самореализации – насколько «состоялся» человек, чего он достиг в жизни и т.д. С другой стороны, можно полагать, что понятие «степень самореализации» в некотором смысле перекрывает собой понятие «уровень самореализации», в определенном роде заслоняет его и даже замещает. Уровень жизненных достижений неоднозначно соотносится с уровнем самореализации [6].

Подводя итог проведенному исследованию можно заключить, что воплощением процессуальности является вся жизнь человека, направленная на развитие его личности через самореализацию, которую следует рассматривать с позиции целостности (С.С. Лазарев), непрерывности и длительности (А. Бергсон), через пространственно-временные характеристики: неоднородность и неравномерность (С.Л. Рубинштейн), как открытую систему (Г. Оллпорт, Л.И. Анцыферова, С.Н. Костромина, Н.В. Гришина и др.).

Динамическая природа личности может быть раскрыта на основе процессуального подхода и понятия процессуальности. Процессуальный подход ориентирован на открытость системы, неоднородность внутренних и внешних отношений, на совокупность всех моментов изменчивости, подлежащих детальному изучению различными направлениями психологии.

Процесс жизни лишь частично управляем человеком, однако, он может выбрать предлагаемые жизнью направления и решить, что будет с ним завтра и каким будет его жизненный путь. Та, как человек реализует свой потенциал на разных этапах жизни, зависит от самого

человека [8]. Более того, «человек сам отвечает вызовам современности, среди важнейших из которых – изменение самих изменений» [11]. Проявляя свои возможности и потенциал в разных сферах жизнедеятельности, человек, как личность активно и творчески подходит к

процессу своей самореализации. Самореализация – это динамическое, процессуальное явление, где подразумевается личностный рост, осуществление себя в жизни и повседневной деятельности, утверждение своего особого и самостоятельного пути.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. 2-е изд., испр. и доп. М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2006. — 512 с.
2. Афанасьев П.Н. Антропология процессуально-ориентированной психологической практики, П.Н. Антропология процессуально-ориентированной психологической практики / П.Н. Афанасьев П.Н. Антропология процессуально-ориентированной психологической практики // Филология и культура. – 2014. – Т. 3, № 37. – С. 301-306.
3. Бергсон А. Творческая эволюция / А. Бергсон. – Москва: Академический проект, 2019. – 416 с. – ISBN 978-5-17-155172-8.
4. Брушлинский А.В. Мышление как процесс и проблема деятельности / А.В. Брушлинский // Вопросы психологии. – 1982. – № 2. – С. 28-40.
5. Галажинский, Э.В. Системная детерминация самореализации личности: специальность 19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки): автореферат диссертации на соискание доктора психологических наук / Галажинский Эдуард Владимирович. – Барнаул, 2002. – 43 с.
6. Гусельцева М.С. Психологическая устойчивость личности в свете психологии ценностей: диалектика постоянства и изменчивости / М.С. Гусельцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2023. – Т. 13, № 3. – С. 290-309
7. Дроздикова Л.Н. Творческая самореализация старшеклассников в условиях системно-целевой дифференциации обучения: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»: диссертация на соискание кандидата педагогических наук / Дроздикова, Людмила Николаевна. – Казань, 1998. – 206 с.
8. Знаков В.В. Динамический подход к исследованию личности и процессуальный анализ в психологии субъекта / В.В. Знаков // Психологический журнал. – 2019. – Т. 40, № 5. – С. 27-34.
9. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л.А. Коростылева. – Санкт-Петербург: Речь, 2005. – 220 с.
10. Костромина С.Н. Процессуальный подход в психологии личности / С.Н. Костромина, Н.В. Гришина // Психология человека как субъекта, познания, общения и деятельности. – Москва: Институт психологии РАН, 2018. – С. 506-512.
11. Леонтьев Д.А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному / Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2011. – № 1. – С. 3-27.
12. Маленов А.А. Ресурсы личности и их реализация в пространстве психологического образования: специальность 19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки): диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Маленов Александр Александрович Александр Александрович. – Омск, 2021. – 216 с.
13. Минделл А. Процессуальный ум: руководство по установлению связи с Умом Бога / Арнольд Минделл; [пер с англ.: Александр Киселев]. – Москва: Беловодье, 2011. – 346 с.
14. Обухова Ю.В. Особенности характеристик и смыслообразующих мотивов самореализации студенческой молодежи / Ю.В. Обухова, С.Г. Обухова // Российский психологический журнал. – 2015. – Т. 12, № 4. – С. 21-30.
15. Олпорт Г.В. - Становление личности: Избранные труды, Г.В. Становление личности: Избранные труды / Г.В. Олпорт Г.В. - Становление личности: Избранные труды. – Москва: Смысл, 2002. – 462 с. – ISBN 5-89357-098-7.
16. Парыгин Б.Д. Социальная психология. Истоки и перспективы: учебно-методическое пособие / Б.Д. Парыгин. – Санкт-Петербург: СПбГУП, 2010. – 532 с.

© Зиман Марина Алексеевна (ziman.mal@dvfu.ru), Токарева Юлия Александровна (ulia.tokareva@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ВОССТАНОВЛЕНИЯ МИМИЧЕСКОЙ МУСКУЛАТУРЫ В НЕЙРОДИНАМИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ

**Кюршева Екатерина Александровна**

Основатель и руководитель школы интегративного  
омоложения, (г. Москва);  
Психолог, психокинезиолог  
kyursheva@gmail.com

## RESTORATION OF FACIAL MUSCLES IN THE NEURODYNAMIC PROCESS

*E. Kursheva*

*Summary:* The article determines the process of facial muscles' restoration in the neurodynamic process. The work revealed the relationship between neurodynamics and «mirror neurons» as well as between filtered mechanisms and changes in facial muscles. Practical consultations with a psychologist helped to carry out neurodynamic restoration in the patient which contributed to fundamental changes in facial expressions, influenced the improvement of the quality of life, and taught him to re-perceive joy and satisfaction from life.

The purpose of this work is to analyze the process of restoration of facial muscles in the neurodynamic process.

Research methods: analysis, synthesis, generalization of the data obtained, practical consultations.

*Keywords:* neuropsychology, physiology, facial muscles, neurodynamic recovery, emotional perception, formation of emotions.

*Аннотация:* В статье рассматривается процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе. В ходе работы выявлена взаимосвязь нейродинамики и «зеркальных нейронов», а также между отфильтрованными механизмами и изменениями в мимической мускулатуре. Практические консультации психолога помогли провести нейродинамическое восстановление у пациента, что способствовало кардинальным изменениям в мимике, повлияло на улучшение качества жизни, научило заново воспринимать радость и удовлетворение от жизни.

*Цель настоящей работы* — проанализировать процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе.

*Методы исследования:* анализ, синтез, обобщение полученных данных, практические консультации.

*Ключевые слова:* нейропсихология, физиология, мимическая мускулатура, нейродинамическое восстановление, эмоциональное восприятие, формирование эмоций.

**Р**езультат коррекции был получен через методику «Нейродинамического восстановления» доктора психологических наук Д.Р. Ягудина.

### Введение

Жизнь человека неразрывно взаимосвязана с нейродинамикой. С самого детства нейродинамика играет ключевую роль в жизни ребенка, что связано с целенаправленностью и достижением намеченной цели. Важно подчеркнуть, что в детстве закладывается фундамент психологических характеристик, эмоционального восприятия, характера человека, нервная система и ее реакция на происходящее вокруг: если ребенок получил психологическую травму в детстве, родители не проследили ее проработку, не обращались за помощью к психологу, то она окажет негативное влияние во взрослой жизни в виде рефлексов в процессе проявляющейся ситуации из детства или самого фактора раздражения [5].

Согласно исследованиям в нейропсихологии, во взрослой жизни у человека формируется цикличность в поведении при появлении триггера, что требует изменения выхода из ситуации, но детская непроработанная травма не представляет возможности поступить по-другому, тем самым образуя замкнутый круг, что отражается на мимике и эмоциональном состоянии человека [7, С. 28–31; 10].

Ссылаясь на тесную связь нейродинамики и нейропсихологии, взрослому человеку необходима помощь специалиста с целью кардинального изменения имеющейся привычки в рамках уже выработанной нейронной связью нервной системы для возможности изменить цикличность поведения, улучшить качество жизни, наладить эмоциональную составляющую и поработать с мимикой лица, что и спровоцирует запуск естественного нейродинамического восстановления [11].

И.М. Сеченов обращает внимание, что вся сложнейшая интегративная и аналитико-синтетическая деятельность центральной нервной системы основывается на взаимодействии процесса возбуждения и процесса торможения (было открыто в 1862 году И.М. Сеченовым). Ссылаясь на процесс торможения (постсинаптическое и пресинаптическое), при появлении триггера происходит процесс подавления эмоций в форме локального (местного) процесса, что связано с существованием специфических тормозных синапсов и тормозными вставочными нейронами, а также сопровождается подавлением возбуждения (эмоционального всплеска, выражения радости) и предотвращением возникновения процесса возбуждения (отражается на мимике человека, невозможность полноценно испытать ощущения радости) [6, С. 40–41; 10].

В данной работе рассматривается процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом



ском процессе. В связи с вышепредставленной информацией, не вызывает сомнений *актуальность* темы исследования.

### Методология

*Цель настоящей работы* – проанализировать процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе.

*Методы исследования:* анализ, синтез, обобщение полученных данных, практические консультации.

Для проведения теоретико-практического исследования, были использованы труды отечественных (У.Д. Бабкиной [1], Л.С. Бондарь [2], В.В. Воловова [3], О.В. Жуковой [4], Ю.С. Зайцевой [5], Н.Л. Михайловой [6], А.П. Семеновой [8]) и зарубежных авторов (М. Bimbi [9], S. Ge [10], O. Karakale [11], J.T. Krautheim [12]), благодаря которым удалось проанализировать мимические выражения для задачи распознавания эмоций; фрагментарно рассмотреть физиологию центральной нервной системы; проследить норму зеркальных клеток и социальной когниции; охарактеризовать закономерности перестройки нейронной сети головного мозга человека; изучить феномен лицевой экспрессии в психологии; исследовать физиологические и психофизиологические процессы формирования эмоций и восприятия человеком собственного лица.

### Основная часть

Процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе является долгим процессом, требующий ряд практических консультаций. Отечественный автор О.В. Жукова в своем диссертационном исследовании отмечает, что детальное изучение механизмов распознавания мимики в системе межличностной коммуникации представляет собой ключевую проблему когнитивных наук, что прослеживается через человеческое познание и его мозговые процессы [4, С. 4–5].

Исследуя проблематику изучаемой темы, следует обратить внимание на функциональность сети «зеркальных нейронов» (сеть сознания), что позволяет проследить на практике восприятие человеком значимых эмоциональных стимулов (лицо, движение), которые он автоматически моделирует в своем сознании психическое состояние другого. Зарубежные исследователи М. Bimbi [9, С. 22–31] и J.T. Krautheim [9, С. 182–190] подчеркивают важность «зеркальных нейронов» с целью полного осознания и восприятия эмоций и эмоционального состояния одинаковых ситуаций разными людьми, что можно выявить благодаря мимической мускулатуре.

Ссылаясь на труд А.П. Семеновой, «зеркальные нейроны» возбуждаются при осуществлении какого-либо

действия или при наблюдении за движениями другого человека: система «зеркальных нейронов» находится в тесной взаимосвязи с сенсорным невербальным взаимодействием, принимает активное участие в построении мимики, позы и жестов [8].

Российские авторы Л.С. Бондарь [2, С. 15–21] и В.В. Воловова [3, С. 211–218] пишут в своих трудах о лицевой экспрессии эмоции, что имеет сложную анатомофизиологическую организацию и мозговое обеспечение. Исследователи выделяют взаимосвязанную работу десятков лицевых мышц, лицевого и тройничных нервов, мозговых образований лимбической системы, гипоталамуса, неокортекса, позволяющие образовать морфофункциональные ансамбли в реализации функциональных систем, которые и оказывают прямое влияние на выражение чувств и психо-эмоциональных состояний.

В работе У.Д. Бабкиной отмечается прямая связь мимики и нейродинамики, автор указывает на сложное нейрофизиологическое обеспечение мимики, при нарушении которого требуется глубокое изучение и практические консультации [1, С. 79–91].

В данной работе процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе имеет практическое применение, что принесло трансформационные изменения на мимике человека, улучшилось качество жизни и межличностная коммуникация с людьми. За помощью к практикующему психологу обратился врач из Якутии с запросом на возможность осознать полноценную радость, эмоциональное удовольствие и научиться испытывать удовлетворение и чувство радости.



Рис. 1. Фото врача до и после

Были проведены ряд практических консультаций, где потребовалось:

- научить пациента новому мышечному акту, а именно улыбаться и сокращать мимическую мускулатуру;
- восстановить отфильтрованные механизмы, нарушения которых произошли в связи с кризисной

ситуацией, после чего и произошла замена эмоции (радость = безразличие);

- проработать мимическую мускулатуру в тесной взаимосвязи с фейслифтингом.

При работе с пациентом, практикующий психолог выявил, что в детстве у человека были нарушены границы, что способствовало образованию рефлекса (когда нужно улыбаться, человек не улыбается) и отфильтрованным связям. В ходе практик было обнаружено, что данному процессу не один десяток лет, в связи с чем у пациента не получается сократить мышечную мускулатуру, она находится в серьезных антоганистических и физиологических процессах, что и является причиной невозможности получения радости, эмоционального всплеска, негативно отражаясь на всей жизни человека.

В связи с серьезными нарушениями, пациенту пришлось заново обучаться, выучивать мышечный акт, учиться мимики – эмоциональной гигиене, с целью сокращать мускулатуру радости. После проведенных практических консультаций произошла всецелая

трансформация (рис.1): у человека изменилась мимика лица, исчезло ощущение обременения, наладились невербальные границы, пациент научился испытывать радость и готов получать удовольствия от жизни. Психиатрия закончена, проведено нейродинамическое восстановление, что подтверждает фото (рис.1.), налажены отфильтрованные границы, заметны внешние изменения женщины в положительную сторону.

#### Вывод

Подводя итоги теоретико-практического исследования, процесс восстановления мимической мускулатуры в нейродинамическом процессе имел успешное завершение. Пациент получил трансформационные изменения, как внешние, так и внутренние, что способствовало улучшению качества его жизни.

Изучение отечественных и зарубежных трудов подтверждает работу нейродинамики: практические консультации дают положительный результат, что способствует нейродинамическому восстановлению отфильтрованных механизмов у человека.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бабкина У.Д. Физиологические основы восприятия человеком собственного лица (обзор) // Журн. мед.-биол. исследований. 2019. Т. 7, № 1. – С. 79–91. DOI: 10.17238/issn2542-1298.2019.7.1.79
2. Бондарь, Л.С. Физиологические и психофизиологические процессы формирования эмоций / Л.С. Бондарь, К.Б. Богрова // Вестник психофизиологии. 2018. № 4. – С. 15–21.
3. Воловов В.В. Феномен лицевой экспрессии в психологии // Вестник Томского государственного университета. 2014. № 388. – С. 211–218.
4. Жукова О.В. Закономерности перестройки крупномасштабной нейронной сети головного мозга человека при распознавании лиц в условиях неопределенности: диссертация кандидата психологических наук: 19.00.02 / Ольга Викторовна Жукова. – Санкт-Петербург, 2017. – 178 с.
5. Зайцева Ю.С. Зеркальные клетки и социальная когниция в норме и при шизофрении // Социальная и клиническая психиатрия. 2013. №2. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zerkalnye-kletki-i-sotsialnaya-kognitsiya-v-norme-i-pri-shizofrenii> (дата обращения: 10.01.2024)
6. Михайлова, Н.Л. Физиология центральной нервной системы: учебное пособие / Н.Л. Михайлова, Л.С. Чепалова. – 2-е изд. – Ульяновск: УлГУ, 2010. – 164 с.
7. Психотерапия и психосоциальная работа в психиатрии. Выпуск IV. Под ред. О.В. Лиманкина, С.М. Бабина. – СПб.: Издательство «Таро», 2017. – 340 с.
8. Семенова А.П. Анализ мимических выражений для задачи распознавания эмоций // Проблемы искусственного интеллекта. 2020. №4 (19). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-mimicheskikh-vyrazheniy-dlya-zadachi-raspoznavaniya-emotsiy> <https://cyberleninka.ru/article/n/zerkalnye-kletki-i-sotsialnaya-kognitsiya-v-norme-i-pri-shizofrenii> (дата обращения: 10.01.2024)
9. Bimbi M., Festante F., Coudé G., Vanderwert R.E., Fox N.A., Ferrari P.F. Simultaneous scalp recorded EEG and local field potentials from monkey ventral premotor cortex during action observation and execution reveals the contribution of mirror and motor neurons to the mu-rhythm. *NeuroImage*. 2018. 175: 22–31. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2018.03.037>
10. Ge S., Liu H., Lin P., Gao J., Xiao C., Li Z. Neural Basis of Action Observation and Understanding From First- and Third-Person Perspectives: An fMRI Study. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*. 2018. 12. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2018.00283>
11. Karakale O., Moore M.R., Kirk I.J. Mental Simulation of Facial Expressions: Mu Suppression to the Viewing of Dynamic Neutral Face Videos. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2019. 13. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00034>
12. Krautheim J.T., Dannlowski U., Steines M., Neziroğlu G., Acosta H., Sommer J., Straube B., Kircher T. Intergroup empathy: Enhanced neural resonance for ingroup facial emotion in a shared neural production-perception network. *NeuroImage*. 2019. 194: 182–190. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2019.03.048>

© Кюршева Екатерина Александровна (kyursheva@gmail.com).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# МЕТОД НЕОКОНЧЕННЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ В ИССЛЕДОВАНИИ ОБЫДЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СОЦИАЛЬНОЙ КРЕАТИВНОСТИ

*Нестерова Екатерина Михайловна*

*Аспирант, Московский государственный университет  
имени М.В. Ломоносова  
nesterovaem@my.msu.ru*

## THE METHOD OF UNFINISHED SENTENCES IN THE STUDY OF ORDINARY IDEAS ABOUT SOCIAL CREATIVITY

*E. Nesterova*

**Summary:** The article presents the results of a study of ordinary ideas about social creativity. The study used the method of unfinished sentences. The results obtained are disclosed and can be analyzed at the level of the subject (individual, group, social subject) and at the level of the situation (situations of interpersonal, intragroup, intergroup and social interaction), the correlation of which allowed us to build a model of ordinary ideas about social creativity. The unfinished method proved to be adequate to the purpose of the study and demonstrated its effectiveness, which raises the question of further development of the possibilities of using this method in socio-psychological research.

**Keywords:** social creativity, ordinary ideas, qualitative content analysis, method of unfinished sentences.

**Аннотация:** В статье представлены результаты исследования обыденных представлений о социальной креативности. В исследовании использовался метод неоконченных предложений. Полученные результаты раскрываются и могут быть проанализированы на уровне субъекта (индивидуальный, групповой, общественный субъект) и на уровне ситуации (ситуации межличностного, внутригруппового, межгруппового и общественного взаимодействия), соотношение которых позволило построить модель обыденных представлений о социальной креативности. Метод неоконченных оказался адекватен цели исследования и продемонстрировал свою эффективность, что ставит вопрос о дальнейшем развитии возможностей применения этого метода в социально-психологических исследованиях.

**Ключевые слова:** социальная креативность, обыденные представления, качественный контент-анализ, метод неоконченных предложений.

### Введение

**В** настоящее время различные аспекты креативности становятся предметом исследования психологов, а также активно включаются в обыденный дискурс. Под креативностью в нашем исследовании мы, вслед за Т. Любартом, понимаем способность создавать продукт, обладающий новизной и при этом соответствующий контексту, в котором он находится [19]. Анализ креативности на общепсихологическом уровне демонстрирует то, что данный феномен изучается, в основном, как индивидуально-психологическая характеристика, направленная на предметную область [3; 5; 23; 36; 38; 42; 43; 48; 51; 53; 54; 55; 57]. Вспоминая тезис Л.С. Выготского о предмете социальной психологии, который, в отличие от «коллективной психологии», заключается в «изучении психики отдельного человека» [11, с. 20], представляется целесообразным рассмотреть креативности, направленной на социум и находящейся в социуме. Актуальность такого ракурса анализа определяется также усложнением внешнего мира, возникновением новых способов социального взаимодействия, коммуникативными задачами, требующих подходов, выходящих за рамки стандартного общения. Принимая во внимание то, что общение может выступать в качестве самостоятельного вида деятельности [18], целесообразно сфоку-

сироваться на изучении креативности в межличностном общении. Наиболее близким понятием для отражения данного вида креативности представляется понятие социальная креативность (СК).

### Теоретическое обоснование исследования обыденных представлений о социальной креативности

Изучение СК началось в конце XX века, но на сегодняшний день отсутствует единая концепция, систематизирующая аспекты этого конструкта, а также рассматривающая его в актуальном социальном контексте.

В *отечественных работах* СК изучается как самостоятельный феномен и анализируется через различия с близкими понятиями, такими как социальный интеллект, коммуникативная компетентность, социальная компетентность, социальная одаренность, социальное мышление и коммуникативная креативность [24; 34]. Авторами разделяются понятия «социальное творчество» и «социальная креативность»: первое представляет собой процесс создания личностью нового и оригинального решения социальных задач, а второе – внутренний потенциал, ресурс, свойство, обеспечивающее данную активность [3; 34]. Также выделяется негативный (асоци-

альный) и позитивный (просоциальный) полюсы СК как способности порождать оригинальные решения проблем в социальном взаимодействии [20]. В этом контексте отметим, что мы исходим из представления о СК как о просоциальном конструкте, поскольку именно социально-позитивное взаимодействие является предметом социально-психологического анализа.

*Зарубежные подходы* к изучению СК характеризуются употреблением данного понятия в позитивной коннотации в контексте творческого участия людей в социальных сферах. При этом изучаемый конструкт не выделяется как самостоятельный предмет исследования. В целом исследования СК зарубежными авторами согласуются с идеей М. Чиксентмихайи о том, что креативность осуществляется не в голове одного человека, а во взаимодействии человеческих мыслей и культур [39]. В рамках этой проблематики авторы анализируют совместную творческую деятельность, а не специфическую креативность, которая возникает в процессе общения людей [35; 36; 41; 44; 46; 49]. В качестве субъектов социальной креативности выделяются творческие личности, взаимодействующие друг с другом люди, команды [56], группы [37; 45], а также организации [50]. Под продуктами социальной креативности понимаются творческие результаты, которые созданы индивидуально, находятся под влиянием социума, а также генерируемые социумом [56]. Продукты креативного процесса, возникающие в субъект-субъектном взаимодействии, зарубежными авторами не выделяются.

И в отечественных, и в зарубежных публикациях предлагается ряд определений СК, которые условно можно разделить на понимание СК как реализации нестандартных и эффективных решений в межличностных отношениях [13; 14; 15; 24; 26; 30] и как реализации инновационной деятельности в общественных отношениях [1; 3; 4; 8; 9; 22; 27; 29; 32; 34; 40; 47].

Анализ современного состояния СК в психологии демонстрирует, что при ближайшем рассмотрении предложенные определения и подходы оказываются не только не объединенными в общую систему знаний, но и оторванными от актуального социального контекста. С нашей точки зрения, отправной точкой теоретического анализа СК, помимо изучения существующих работ по данной проблематике, должно стать изучение обыденных представлений людей. Это обусловлено широкой распространенностью термина «креативность» в средствах массовой информации, что является причиной его популярности в обществе [19]. Еще в 1973 году М. Рукетт указывает на то, что сложность научного изучения креативности заключается в повсеместном употреблении этого понятия, поэтому работа исследователя состоит прежде всего в уточнении его рамок [52]. На сегодняшний день в контексте популярности идей саморазвития

личности, а также совершенствования коммуникативных навыков, усиливается тенденция к включению понятий, обозначающих различные виды креативности, в обыденный дискурс.

Необходимость изучения обыденных представлений о научных конструктах подтверждена работами философов, психологов и социологов. Обыденный дискурс стал предметом анализа в работах З. Фрейда [33] а также принимался во внимание в работах С. Московиси (понятие «наивный ученый») [2]. Феномен обыденного сознания анализировался в качестве житейских представлений Л.С. Выготским («наивная психология», «наивная физика») [10], Ю.Б. Гиппенрейтер через житейские представления дифференцировала обыденное и научное психологическое знание [12], а А.Н. Леонтьев указывал на то, что одна из функций сознания индивида состоит в оценке жизненного значения объективных обстоятельств и придания им личностного смысла, который прямо не совпадает с их понимаемым объективным значением [17]. А. Шюц с опорой на идеи Э. Гуссерля о «жизненном мире» утверждал, что культура должна признать свою обусловленность повседневной жизнью, и предложил перенести внимание ученых от объекта к субъекту, к интериндивидуальным отношениям. По мнению автора, мир в повседневности является для человека «верховой реальностью». В развитие этой мысли психосоциолог У. Томас заметил, что если люди определяют ситуацию как реальную, то она реальна по своим последствиям, то есть из субъективных представлений массы людей вырастает социальная объективность [21].

Таким образом, при изучении социальной реальности, необходимо учитывать то, как она воспринимается конкретными людьми. Когда дело касается изучения внутреннего мира человека, применение заранее заданных схем и однозначно интерпретируемых понятий становится невозможным. Жесткая формализация в этом случае оказывается неприемлема и появляется необходимость привлечения категорий, которыми пользуются сами деятели для упорядочивания собственного повседневного жизненного опыта [7]. Исходя из этого возникает вопрос о методах, которые способны обеспечить доступ к личностным конструктам респондентов. Особое внимание здесь обращают на себя качественные методы исследования, а именно метод неоконченных предложений (МНП).

МНП относится к классу проективных методов, основными источниками которых являются холистическая психология, психоанализ и экспериментальные исследования школы New Look [6; 28]. Следует отметить, что МНП начал формироваться в конце XIX в. и использовался сначала для изучения воображения, творческих способностей и интеллектуальной деятельности людей. В качестве проективного метода изучения личности он был опробован

ван в начале XX в. А. Пейном и А. Тендлером. Потребность психологов того времени в гибком и экономичном диагностическом инструментарии вызвала рост популярности проективных методов изучения личности [16]. К концу XX века подтверждается тот факт, что применение МНП дает наибольший эффект как раз в тех исследованиях, где возникает необходимость выявления субъективного восприятия человеком социальной реальности, личностных смыслов индивидов, стереотипов, образов, эталонов, ценностных ориентаций людей и т.д. [7].

Сегодня МНП активно применяется в исследовательской практике как психологов, так и социологов. Предполагается, что в психологии МНП используется с целью выявления скрытых индивидуальных переживаний посредством оказания на человека косвенных воздействий, а в социологии – для изучения социальных феноменов именно в том контексте, который подразумевают сами действующие субъекты: исследователь формулирует «стимулы» (начала фраз), обретающие смысл благодаря субъективным трактовкам респондентов (предлагаемые ими окончания фраз создают определенное смысловое пространство, спектр возможных ответов и их обоснований) [31]. Мы полагаем, что использование МНП в социально-психологических исследованиях должно сочетать вышеперечисленные цели использования данного метода в психологии и социологии: с одной стороны, с помощью МНП выявляются переживания человека, его глубинный индивидуальный опыт, а с другой – эти данные включаются в социальный контекст, актуальный для респондентов.

Выделяется две стратегии применения метода неоконченных предложений. Первая стратегия заключается в том, что исследователь изначально имеет модель того, что он изучает и в результате получается аналитическая типология данных. Вторая стратегия применима тогда, когда у исследователя нет априорного представления об изучаемом феномене и в инструментарий набираются предложения, описывающие объект с разных сторон. В процессе анализа текста исследователь группирует ответы таким образом, чтобы они описывали различные аспекты явления, в результате чего выделяется естественная типология данных. Индуктивный анализ позволит выделить компоненты из данных, а не накладывать на них заданную модель еще до сбора [25]. В нашем исследовании обыденных представлений о социальной креативности мы реализуем вторую стратегию применения МНП.

#### Эмпирическое исследование обыденных представлений о социальной креативности

**Цель исследования** – выявление обыденных представлений о социальной креативности.

**Процедура исследования.** Для сбора данных в исследовании использовался метод неоконченных предложе-

ний. Респондентам предлагалось в развернутой форме закончить предложения: (1) «социальная креативность — это ...»; (2) «социальная креативность проявляется в следующих ситуациях: ...». Данные неоконченные предложения сформулированы как стимулы, побуждающие респондентов к описанию с одной стороны сущности изучаемого понятия, а с другой – социального контекста, в котором находится СК. Анализ данных осуществлялся методом качественного контент-анализа, который позволил, с помощью использования индуктивных способов работы с текстом, сформировать новые категории, отражающие обыденные представления о СК.

**Выборка.** В исследовании приняло участие 70 респондентов (30,7% мужчин, 69,3% женщин) от 21 до 47 лет ( $M = 30,7$ ;  $SD = 8,6$ ): студенты очного и вечернего отделений бакалавриата и магистратуры московских вузов, обучающиеся по программам подготовки гуманитарных, естественнонаучных и технических специальностей. Данные характеристики выборки обусловлены необходимостью получить широкий разброс представлений о СК.

**Результаты.** При анализе полученных данных было отмечено, что неоконченные предложения явились стимулом не только для их завершения: в результате сбора данных были получены небольшие сочинения по двум предложенным вопросам. Качественный контент-анализ позволил выделить категории отражающие обыденные представления респондентов о сущности понятия СК, а также о социальном контексте, в котором находится изучаемый конструкт. Обыденные представления о сущности понятия СК были выделены в результате анализа ответов респондентов на первый пункт опросника («социальная креативность — это ...») и представлены подкатегориями, объединенными в смысловые категории (см. Таблица 1).

Обыденные представления о социальном контексте, в котором находится конструкт СК выделены в результате анализа ответов респондентов на второй пункт опросника («социальная креативность проявляется в следующих ситуациях: ...»), представлены категориями и, с опорой на цитаты респондентов, систематизированы по уровням взаимодействия (межличностное, внутригрупповое, межгрупповое и общественное). Полученные категории были объединены в смысловые группы, отражающие ситуации проявления СК на различных уровнях взаимодействия.

1. *Ситуации знакомства и первых этапов взаимодействия* на межличностном уровне представлены категориями «установление и поддержание контактов», «нестандартность преодоления коммуникативных барьеров в ситуации с малознакомыми людьми», а на внутригрупповом – категорией «взаимодействие в группе малознакомых»

Таблица 1.

Категории, отражающие обыденные представления респондентов о сущности понятия «социальная креативность».

Категории	Подкатегории	
<b>Человек как субъект социальной креативности</b>		
Созидающее действие	Создание благополучной для творчества социальной среды	
	Создание и использование нестандартных способов межличностного и группового взаимодействия	
Способность	Способность адаптироваться под изменяющиеся социальные условия	Адаптация человека под изменяющиеся социальные условия
		Адаптация межличностных отношений под изменяющиеся условия
	Способность к нестандартным вариантам межличностного взаимодействия	Нестандартное решение задач и проблем в общественных отношениях
		Нестандартное поведение в социальных ситуациях
	Способность устанавливать позитивные межличностные отношения в различных социальных ситуациях	
	Способность человека проявлять творческий подход в ситуации групповой деятельности	
	Способность человека проявлять положительные личностные качества для достижения своих целей	
	Способность проявлять гибкость в процессе общения	
Умение	Умение адаптироваться к изменяющимся условиям	
	Умение нестандартно, быстро и адекватно реагировать на социальные ситуации	
	Умение успешно поддерживать контакт	
	Умение прогнозировать пути развития межличностных отношений	
<b>Группа как субъект социальной креативности</b>		
Способность группы к решению социальных задач		
<b>Общество как субъект социальной креативности</b>		
Адаптация общества к окружающей среде		
Способность общества генерировать социально-значимый продукт		

людей».

2. *Ситуации конфликтного взаимодействия* на межличностном уровне представлены категорией «нестандартное решение конфликтной ситуации», на внутригрупповом – «решение внутригрупповых конфликтов», а на межгрупповом – «решение конфликтных вопросов в межгрупповых отношениях».
3. *Ситуация адаптации человека под социальные условия* представлена категориями «гибкая и быстрая адаптация социальных ролей» и «адаптация под новую социальную реальность, статус и деятельность» на межличностном уровне взаимодействия.
4. *Ситуации достижений личных и общественных социально-значимых целей* на межличностном уровне взаимодействия представлены категориями «решение социальных задач с помощью нестандартного межличностного взаимодействия», «процесс устройства на работу», «общение в сфере продаж», «демонстрация и совершенствование социальных навыков личности», а на общественном – «нестандартные решения социальных задач» и «организация общественных мероприятий».

5. *Организация взаимодействия людей в группе и самих групп* на внутригрупповом уровне описывается в категориях «организация взаимодействия человека с группой», «совместное решение задач», «совместная творческая деятельность», «объединение людей в группу», «групповая дискуссия, переговоры», «организация группового взаимодействия», а на межгрупповом – категорией «организация эффективного межгруппового взаимодействия с учётом внешних условий».
6. *Ситуации, в которых среда побуждает к творчеству посредством благоприятных условий* описываются категориями «благоприятная социальная среда» и «модные тенденции» на уровне общественного взаимодействия.
7. *Ситуации, в которых среда побуждает к творчеству посредством требований ее изменения* раскрываются в категориях «социальная среда, требующая изменений» и «экстренные и кризисные ситуации» на уровне общественного взаимодействия.

#### Обсуждение и интерпретация результатов

Обращаясь к категориям, отражающим обыденные

представления о сущности понятия СК отметим, что они касаются исключительно области социально-позитивного взаимодействия. При этом данное взаимодействие рассматривается на трех уровнях: индивидуальном, групповом и общественном. Рассматривая категории через призму дифференциации понятий «социальное творчество» и «социальная креативность», можно отметить, что в обыденных представлениях респондентов эти понятия не различаются.

Обыденные представления о СК как об индивидуальном конструкте характеризуется тем, что в качестве субъекта СК респонденты выделяют человека. На этом уровне было выделяются три категории: созидающее действие, способности и умение. С опорой на научные представления о СК можно сделать вывод о том, что категория «созидающее действие» раскрывает процесс создания личностью нового и оригинального решения социальных задач и, следовательно, относится к научному понятию «социальное творчество». Категории «способность» и «умение» отображают внутренний потенциал человека, его индивидуальные характеристики, которые обеспечивают нестандартное и эффективное решение задач в межличностном взаимодействии и в процессе адаптации как человека, так и способов реализации общения под изменяющиеся социальные условия. Отметим, что данные категории совпадают с научными представлениями о СК. Более того, эти категории оказались преобладающими при заполнении респондентами первого пункта опросника («социальная креативность — это ...»).

При анализе было отмечено, что обыденные представления о СК раскрывают данный конструкт, в основном, на индивидуальном уровне. Реже встречаются

характеристики СК как группового или общественного конструкта. Обыденные представления о СК как о конструкте, субъектом которого является группа раскрываются в категории «способность группы к решению социальных задач». Данная категория отражает некий групповой ресурс, который позволяет искать решение в нестандартных ситуациях. Обыденные представления о СК, субъектом которой является общество, отражаются в категориях «адаптация общества к окружающей среде» и «способность общества генерировать социально-значимый продукт». В первом случае мы имеем дело с процессом решения социальных задач, а во втором – со свойством общества, которое позволяет создавать нечто новое и социально-значимое. Следовательно, категория «адаптация общества к окружающей среде» отражает научные представления о социальном творчестве, а категория «способность общества генерировать социально-значимый продукт» – научные представления о СК.

Интерпретация обыденных представлений о ситуациях, в которых проявляется СК через представления о сущности этого понятия позволила обозначить соотношение полученных данных: СК как индивидуальный конструкт проявляется в ситуациях межличностного и внутригруппового взаимодействия, СК как групповой конструкт – в ситуациях межгруппового взаимодействия, а СК как общественный конструкт – в ситуациях общественного взаимодействия. Данное соотношение послужило основой построения модели обыденных представлений о социальной креативности (см. Рисунок 1). В модели отражены представления о субъектах СК, обозначаемые как уровни обратной пирамиды, характеризующие количество людей, включенных в представления о субъекте. Уровни пирамиды соотнесены с пред-



Рис. 1. Модель обыденных представлений о конструкте «социальная креативность»

ставлениями о ситуациях, в которых проявляется СК на различных уровнях взаимодействия.

### Выводы

На основе полученных результатов и их интерпретации были сделаны следующие выводы:

1. Обыденные представления респондентов о сущности понятия СК характеризуются отнесением к области социально-позитивного взаимодействия людей, имеют трёхуровневую структуру (индивидуальный, групповой и общественный уровни). При этом в реальности повседневного общения, отраженной в обыденных представлениях респондентов, не разделяются понятия «социальная креативность» и «социальное творчество».
2. Обыденные представления о ситуациях, в которых проявляется СК выделены на уровнях межличностного, внутригруппового, межгруппового и общественного взаимодействия. Соотнесение выявленных представлений с представлениями о сущности понятия СК позволило построить модель обыденных представлений, в которой СК как индивидуальный конструкт проявляется в ситуациях межличностного и внутригруппового

взаимодействия, СК как групповой конструкт – в ситуациях межгруппового взаимодействия, а СК как общественный конструкт – в ситуациях общественного взаимодействия.

3. Метод неоконченных предложений в изучении обыденных представлений о СК оказался адекватен цели исследования и продемонстрировал свою эффективность, то есть использование метода позволило выявить обыденные представления о социальной креативности, что ставит вопрос о дальнейшем развитии возможностей применения этого метода в социально-психологических исследованиях. Разумеется, в проведенном исследовании имеются ограничения, связанные с количеством респондентов в выборке, однако полученные результаты свидетельствуют о том, что понятие социальной креативности имеет место в повседневном дискурсе людей, и они определяют данный аспект коммуникативной реальности в выделенных категориях. Таким образом мы получили обыденные представления, которые следует учитывать при анализе научных представлений о конструкте социальной креативности.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Социальное мышление личности: проблема и стратегии исследования // Психологический журнал. 1994. Т.15 № 4. С. 39-55.
2. Андреева Г.М. Психология социального познания. М.: Аспект-пресс, 2004. СТР
3. Барышева Т.А. Психология творчества. М: Юрайт, 2023. 288 с.
4. Березина Т.Н. Эмоциональная креативность в составе творческих способностей студентов // Творчество: наука, искусство, жизнь: Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 95-летию со дня рождения С.Я. Пономарева, ИП РАН, 24-25 сентября 2015 г., М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. С. 49-52.
5. Богдавленская Д.Б. Психология творческих способностей: монография. Самара: Издательский дом «Федоров», 2009. 414 с.
6. Бурланчук Л.Ф. Введение в проективную психодиагностику. Киев.: Вист-С. 1997. 126 с.
7. Бурлов А.В., Татарова Г.Г. Метод неоконченных предложений в изучении образа «культурный человек» // Социология: методология, методы, математическое моделирование (Социология:4М). 1997. № 9. С. 5-31.
8. Варламова Е.П., Степанов С.Ю. Психология творческой уникальности. М.: Институт психологии РАН, 2002. 253 с.
9. Власова Е.И. Социальная креативность в структуре интеллекта социально одаренной личности // Психология одаренности. Проблемы, структура, показатели. М., 1996. С. 82-91.
10. Выготский Л.С. Мышление и речь. М.: Соцэкгиз, 1934. 324 с.
11. Выготский Л.С. Психология искусства. М.: Педагогика, 1987. 344 с.
12. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Юрайт, 2000. 322 с.
13. Ермакова Е.С. Предметная и социальная креативность студентов различных направлений подготовки // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. Серия Психология. 2015. Т. 5. № 4. С. 46-54.
14. Ильиных А.Е. Социальная креативность личности: психологическая структура // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2011. №3. С. 74-77.
15. Конова Е.В. Сущность и структура социальной креативности будущего специалиста по работе с молодежью // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. 2011. №1. С. 466-472.
16. Лапыгин В.Д. Методологические и методические перспективы развития метода неоконченных предложений // Вестник РГГУ. Серия «Философия. Социология. Искусствоведение». 2016. №4 (6). С. 75-82.
17. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М.: Смысл, 2005. 431 с.
18. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл, 1997. 365 с.
19. Любарт Т. Психология креативности. М.: Когито-Центр, 2009. 214 с.



20. Мешкова Н.В., Ениколопов С.Н., Жаринова Ю.И., Муковнина Д.Д. О взаимосвязи видов социальной креативности с моральной идентичностью и толерантностью // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2022. № 4. С. 159-178.
21. Ольшанский В.Б. Становление метода неоконченных предложений в Советском Союзе 70-х гг. // Социология: методология, методы, математическое моделирование (Социология:4М). 1997. № 9. С. 82-97.
22. Писарева В.Ю. Особенности развития эмпатии как компонента социальной креативности на отдельных этапах профессионализации личности (на примере старшеклассников и студентов-психологов) // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. 2013. № 27 (170). С. 295-299.
23. Пономарев Я.А. Психология творчества: Избранные психологические труды. М.: Московский психолого-социальный институт, 1999. 475 с.
24. Попель А.А. Психологические условия развития социальной креативности студентов в процессе профессиональной подготовки: Дис. ... канд. психол. наук. Нижегородский государственный лингвистический университет имени Н.А. Добролюбова, 2005. 217 с.
25. Пузанова Ж.В. Метод неоконченных предложений в изучении проблемы одиночества // Вестник РУДН, серия Социология. 2004. №6-7. С. 92-111.
26. Романов К.М., Тюрмина Н.А. Особенности социально-психологической креативности // Интеграция образования. 2003. №2. С. 131-138.
27. Сергеев К.В. «Периферийное знание» в дискурсе креативности: социальные сети интересного // Полис: Политические исследования. 2003. № 1. С.50-62
28. Соколова Е.Т. Проективные методы исследования личности: проективные методики. М.: ТЕИС, 2002. 174 с.
29. Сорокоумова Г.В. Творческий компонент в структуре психологической готовности к профессии учителя // Мост. Язык и культура. 1999. № 6. С. 111-118.
30. Сохан Е.В. Психологические условия развития социальной креативности будущего психолога // Интеграция образования. 2012. №3. С.63-67.
31. Троцук И.В., Субботина М.В. «Ядро» и «периферия» понятий «счастье» и «справедливость»: метод неоконченных предложений как инструмент валидации // Вестник РУДН. Серия: Социология. 2022. №4. С. 782-801.
32. Фиников С.Б., Разумникова О.М. Разработка методики количественной оценки показателей социальной креативности в экспериментальных условиях // Сибирский научный медицинский журнал. 2009. №5. С.68-71.
33. Фрейд З. Психопатология обыденной жизни. М.: АСТ, 2011. 251 с.
34. Чичук Е.Ю. Побудительные основания социальной креативности личности: на материале социномических профессий: Дис. ... канд. психол. наук. Кубанский государственный университет, 2006. 235 с.
35. Amabile T.M. Social psychology of creativity: A consensual assessment technique // Journal of Personality and Social Psychology. 1982. №43(5). P. 997-1013.
36. Amabile T.M. Creativity in context. Boulder, CO: Westview Press, 1996. 336 p.
37. Barlow C.A. Deliberate insight in team creativity // Journal of Creative Behavior. 2000. № 34(2). P. 101-117.
38. Binet A., Simon T. Methodes Nouvelles pour de diagnostic du niveau intellectuel des anormaux // L'AnneePsychologique. 1905. №11. P.191-244.
39. Csikszentmihalyi M. Creativity: flow and the Psychology of Discovery and Invention. New York: HarperCollins Publishers, 1996. 456 p.
40. Fisher G. Making All Voices Heard: Increasing Social Creativity in Design by Exploiting the Symmetry of Ignorance // Psychology. Journal of Higher School of Economics. 2005. V.2. №4. P. 57-64.
41. Ford C.M. A theory of individual creative action in multiple social domains // Academy of Management Review. 1996. №21. P. 1112-1142.
42. Galton F. Inquiries into human faculty and its development. London: Macmillan, 1883. 421 p.
43. Guilford J.P. Structure of intellect // Psychological Bulletin. 1956. №53. P.267-293.
44. John-Steiner V. Creative collaboration. Oxford: Oxford University Press, 2000. 288 c.
45. Kasl E., Marsick V.J., Dechant K. Teams as learners // Journal of Applied Behavioral Science. 1997. №33. P.227-246.
46. Madjar N. The contributions of different groups of individuals to employees' creativity // Advances in Developing Human Resources. 2005. №7. P. 182-206.
47. Montuori A., Purser R. Deconstructing the lone genius myth: towards a contextual view of creativity // Journal of Humanistic Psychology. 1995. №35(3). P.69-112.
48. Osborn A.F. Applied imagination: principles and procedures of creative problem-solving. New York: Scribner, 1963. 417 p.
49. Perry-Smith J.E. Social yet creative: The role of social relationships in facilitating individual creativity // Academy of Management Journal. 2006. №49. P.85-101
50. Robinson A.G., Stern S. Corporate creativity: How innovation and improvement actually happen. San Francisco: Berrett-Koehler, 1997. 277 p.
51. Rogers C.R. Toward a theory of creativity // ETC: A Review of General Semantics. 1954. №11. P.249-260.
52. Rouquette M.L. La creative. Paris.: Presses Universitaires de France, 1973. 128 p.
53. Smith S.M., Ward T.B., Finke R.A. The Creative Cognition Approach. Cambridge (MA): MIT Press, 1995. 351 p.
54. Sternberg R.J., Lubart T.I. Defying the crowd: Cultivating creativity in a culture of conformity. New York: Free Press, 1995. 326 p.
55. Torrance E.P. The nature of creativity as manifest in its testing // The nature of creativity / Ed. by R.J. Sternberg. New York: Cambridge University Press, 1988. 454 p.
56. Watson E. Who or What Creates? A Conceptual Framework for Social Creativity//Human Resource Development Review. 2007. №6. P.419-441.
57. Wertheimer M. Productive thinking. New York, Harper Collins, 1959. 302 p.

© Нестерова Екатерина Михайловна (nesterovaem@ty.msu.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

## СЕМЬЯ КАК БАЗИС В ФОРМИРОВАНИИ ИДЕНТИФИКАЦИИ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ МЕНЯЮЩЕГОСЯ ОБЩЕСТВА

### FAMILY AS A BASIS IN THE FORMATION OF PERSONAL IDENTIFICATION IN A CHANGING SOCIETY

*T. Nikolaeva*

*Summary:* The article examines factors associated with the role of the family in the formation of personal identity, taking into account the influence of changing social, cultural and technological conditions on this process. The influence of parental education, models of family relationships and cultural traditions on the formation of self-identification, value orientations and psychological well-being of the individual is considered. Identifying adaptive strategies that help families cope with the challenges of modern society. As a result of the analysis, it is concluded that the family remains a significant basis in the formation of identity, but in the context of modern society it can transform and take on new forms. The article also discusses practical recommendations for families and community institutions to support healthy personal development in the face of change.

*Keywords:* family, basis, personal identification, family model, changing society, family, relationships, traditions, parental education.

**Николаева Татьяна Анатольевна**

к. филос. н., доцент, ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет» (г. Хабаровск)  
004012@pnu.edu.ru

*Аннотация:* В статье рассматриваются факторы, связанные с ролью семьи в формировании личностной идентичности, учитывая влияние изменяющихся общественных, культурных и технологических условий на этот процесс. Рассматривается влияние родительского воспитания, моделей семейных отношений и культурных традиций на формирование самоидентификации, ценностных ориентаций и психологического благополучия личности. Выявление адаптивных стратегий, которые помогают семьям справляться с вызовами современного общества. В результате анализа делается вывод о том, что семья остается значимой основой в формировании идентичности, но в контексте современного общества может трансформироваться и принимать новые формы. В статье также обсуждаются практические рекомендации для семей и общественных институтов, направленные на поддержку здорового развития личности в условиях изменений.

*Ключевые слова:* семья, базис, идентификация личности, модель семьи, меняющееся общество, семья, отношения, традиции, родительское воспитание.

Семья играет важную роль в формировании идентификации личности, особенно в условиях меняющегося общества. В современном мире динамичные социальные изменения влияют на структуру и функции семьи, что также оказывает влияние на формирование личности. В семье человек учится основам социального взаимодействия, усваивает ценности, нормы поведения, общепринятые образцы отношений. Это создает основу для формирования личностных черт, мировоззрения и самоидентификации. В условиях меняющегося общества семья может стать для личности опорной точкой, обеспечивающей стабильность в периоды неопределенности и перемен.

Целью данного исследования является изучение влияния семьи как базиса на развитие личности в контексте современных социокультурных изменений. Это включает в себя рассмотрение влияния семейных структур, родительского воспитания, моделей семейных отношений и культурных традиций на формирование самоидентификации, ценностных ориентаций и психологического благополучия личности. Кроме того, исследование данной проблемы направлено на выявление адаптивных стратегий, которые помогают семьям справляться с вызовами современного общества и оказывать благо-

приятное влияние на развитие личности участников семейной системы. Оно также может включать анализ изменяющихся ролей и функций семьи в условиях социокультурной трансформации. Выявленные стратегии ориентирует на создание базы знаний и понимания, которая позволит разработать программы поддержки семей и развития психологических услуг, адаптированных к потребностям современных семей и их членов.

Проблема формирования личности в контексте семьи привлекла внимание многих исследователей, как из зарубежных (Э.Х. Эриксон, Д. Баумринд, Э. Дюркгейм, А. Бандура, Э.Д.Т. Парсонс, Г. Мид и др.), так и отечественных (А.Н. Леонтьев, Г.М. Андреева, Л.С. Выготский, О.С. [3] Газман [4] и др.) научных школ. Например, концепция психосоциального развития Эрика Х. Эриксона, включает анализ влияния семейной среды на формирование личности в различные возрастные периоды [16]. Он выделяет восемь стадий, охватывающих все возрастные периоды человеческой жизни. Каждая стадия связана с определенным кризисом, вызовом или задачей, которую человек должен преодолеть для достижения психологического здоровья. Таким образом, в концепции Эрика Х. Эриксона семейная среда играет важную роль на каждом этапе психосоциального развития, влия-

я на формирование личности через поддержку, уверенность в себе, развитие индивидуальности и умение взаимодействовать с окружающим миром.

Американский психолог Диана Баумрин, чьи исследования посвящены влиянию родительского воспитания на развитие личности детей, выделила четыре основных стиля родительского воспитания: авторитарный, поддерживающий, перmissive и безучастный [2]. Она подчеркивает, что стиль родительского воспитания оказывает заметное влияние на развитие личности детей. Баумрин призывает родителей к балансу между контролем и эмоциональной поддержкой, подчеркивая важность эмоционального восприятия и понимания детей в сочетании с ясными ожиданиями и правилами.

В работах Эмиля Дюркгейма, выдвигающего теорию социального факта и социальной интеграции подчеркивается важность общественных институтов, таких как семья, и их влияние на социализацию индивида [5]. Семья играет ключевую роль в формировании социальных норм, ценностей и общественных ожиданий, которые оказывают влияние на формирование личности.

Согласно концепции социального научения Альберта Бандура, в соответствии с которой дети приобретают навыки путем наблюдения за родителями и другими членами семьи, семейная среда служит моделью для социального поведения, формирования убеждений и ценностей личности.

Тэлмен Парсонс [12] и Джордж Херберт Мид [10], выделяя общественные роли и функции семьи в формировании личности, проанализировали, как семья действует и оказывает первичное агентство социализации, формируя поведение и социальный статус детей, а также передающая культурные и социальные ценности.

Известный русский психолог А.Н. Леонтьев в своих работах обращал внимание на то, как влияет семья на развитие ребенка, акцентируя внимание на внутриличностных и межличностных взаимосвязях [7; 8]. Он подчеркивает, что семейная среда играет критическую роль в формировании у ребенка базовых ценностей, установок, а также в формировании его эмоциональной и социальной компетенции. Леонтьев уделяет особое внимание влиянию родительских отношений на психологическое благополучие ребенка. Он отмечает, что теплая, поддерживающая и стабильная семейная среда способствует развитию у ребенка чувства уверенности, самооценности и способности к эмпатии. В то же время, конфликтные или неблагоприятные семейные отношения могут приводить к возникновению у ребенка стресса, тревожности и негативного отношения к себе. Помимо этого, Леонтьев обращает внимание на роль родителей в формировании моделей поведения и регу-

ляции эмоций у ребенка. Он подчеркивает, что образцы поведения, уважительное отношение к собственным эмоциям и эмоциям других людей, которые ребенок усваивает из семейной среды, могут существенно повлиять на его дальнейшее развитие.

Психолог Г.М. Андреева [1] также обращает внимание на значимое влияние семьи на развитие ребенка. Она выделяет несколько аспектов этого влияния. Во-первых, семья является первой и основной средой, где формируются представления о себе, других людях, обществе и мире в целом. Воздействие членов семьи, их ценностей, убеждений, образцов поведения и отношений оказывает непосредственное влияние на формирование социальных навыков и интеллектуального развития ребенка. Во-вторых, семейная обстановка, стиль воспитания, атмосфера взаимоотношений между родителями и детьми оказывают значительное влияние на психоэмоциональное состояние ребенка. Здесь важным фактором является наличие эмоциональной поддержки, заботы и уважения в семье, так как отсутствие этих аспектов может привести к различным проблемам в эмоциональной сфере у ребенка. Третий аспект, выделяемый Г.М. Андреевой, связан с влиянием семьи на формирование ценностных установок, личностных качеств и моральных принципов ребенка. Семейные ценности и взгляды на мир становятся основой для формирования мировоззрения и этических убеждений ребенка. Таким образом, семья как базис – это один из важнейших основ, который влияет на формирование идентификации личности и то, как ребенок усвоил те ценности, привитые ему в семье, навыки, нормы поведения, зависит его взаимодействие и взаимоотношение с людьми, определяет его успешное существование в обществе.

Формирование самоидентификации личности во многом зависит от моделей семейных отношений и культурных традиций. «Идентичность предполагает три составные части: во-первых, полное самоопределение, установление индивидом личных социальных, культурных и иных признаков; во-вторых, происходит вычленение из социума других индивидов, с подобными признаками и соотнесение этих признаков с собственной самостью; в-третьих, признание индивида «своим» со стороны группы, объединенной общими признаками» [9]. Таким образом, идентификация – это процесс отождествления личности с разными социальными структурами и группами, основанный на представлении об их месте в социальной и культурной среде.

Различные изменения в обществе оказывают значительное влияние на модели семейных отношений и соответственно на идентификацию личности. Факторы изменений различны. Это и экономические перемены, технологические инновации, изменения в образе жизни людей, эмансипация женщин, изменение отношения

к браку. Так, современные женщины могут больше уделять времени карьере и самореализации, что также воздействует на динамику семейной жизни [14].

Это и социокультурные изменения оказывают непосредственное воздействие на то, как люди воспринимают и определяют себя. Увеличение многообразия культур и традиций сталкивает с новыми вариантами социальных идентификаций, основанных на культурных, гендерных или этнических особенностях. Например, в развитых странах мы наблюдаем увеличение количества одиноких людей, отказывающихся от замужества или брака, а также увеличение числа разводов. Это свидетельствует о появлении новых моделей семейных отношений, включая одиночество, партнерство без официального брака, патрилокальные семьи, многогородные семьи и другие [11].

В контексте всех этих изменений мы видим, что традиционные модели семейных отношений уступают место новым, более гибким и разнообразным формам семейной жизни, отражая изменяющиеся ценности и потребности в современном обществе.

Одной из распространенных традиционных моделей российского общества является многопоколенческая семья, где несколько поколений семьи могут проживать в одном доме или близко друг к другу, поддерживая тесные связи и обеспечивая взаимопомощь. Эта модель особенно распространена в сельских и малонаселенных областях. С другой стороны, современные городские семьи в России часто принимают западные образцы семейных отношений, такие как небольшие ядерные семьи, где супруги и дети живут отдельно от других родственников [13].

Существует тенденция к более гибким моделям семьи, где роли мужчин и женщин становятся равноправными, а семьи становятся более индивидуальными и адаптируются к современным жизненным реалиям. Также все большее число людей выбирают одиночные домохозяйства или решают не вступать в брак, что также влияет на структуру и модели семей в российском обществе и на формирования идентификации личности [15].

Современный исследователь И. Кон, изучающий семейные модели и их влияние на личность, в своих работах рассматривает влияние традиционного семейного уклада на формирование личности в современном обществе [6]. Он подчеркивает, что традиционные семейные модели, основанные на патриархальности и авторитаризме, могут ограничивать развитие личности, препятствует ее самореализации и приводит к конфликтам и напряжению внутри семьи. Модель же семьи «партнерская семья» или «семья равных» способствует развитию самостоятельности,

ответственности и толерантности, а также предоставляет больше возможностей для самореализации и развития личности.

Исследуя проблему адаптации личности, Кон уделяет внимание процессу социализации и инкультурации, которые происходят в семье. В семье ребенок учится нормам и ценностям общества, в котором он живет. Изучает влияние различных семейных структур на процесс адаптации личности, включая полные и неполные семьи, нуклеарные и расширенные семьи, а также семьи с различными культурными и этническими корнями.

Изучаются различные аспекты семейных отношений, и их влияние на формирование личности. Кон указывает на несколько ключевых адаптивных стратегий, которые могут помочь семьям справляться с вызовами современного общества [6]:

1. Гибкость и адаптивность: семьи, способные изменять свои подходы и стратегии в зависимости от изменяющихся обстоятельств, обычно лучше справляются с вызовами.
2. Эмоциональная поддержка: способность членов семьи обеспечивать эмоциональную поддержку и понимание друг друга оказывает благоприятное влияние на развитие личности, особенно в условиях стресса и неопределенности.
3. Четкая коммуникация: открытая и эффективная коммуникация внутри семьи способствует созданию благоприятной среды для развития личности участников семейной системы.
4. Совместная реализация целей: когда члены семьи совместно определяют цели и стремятся к их достижению, это способствует формированию устойчивых адаптивных стратегий и благоприятно влияет на развитие личности.

Известно, что семьи, основывающиеся на этих стратегиях, чаще справляются с вызовами современного общества и оказывают положительное влияние на развитие личности участников семейной системы.

Таким образом, можно сделать вывод, что семья всегда должна оставаться тем базисом, который оказывает непосредственное влияние на формирование личности, ее идентификации. При этом семья как основа должна стремиться, имея разные модели семейных отношений, находить поиск баланса между уважением к традиционным ценностям и необходимостью адаптации к меняющимся социальным и экономическим реалиям. Уважая право индивидуального выбора каждого члена семьи, касающегося карьеры, участия в общественной жизни и личных интересов может быть особенно важно в современном обществе, где стремление к самореализации становится все более значимым для личного счастья.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева Г.М. Социальная психология сегодня: поиски и размышления / Г.М. Андреева. – Москва: Московский психолого-социальный институт, 2009. – 160 с.
2. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений / Альбер Бандура, Ричард Уолтерс; Пер. с англ. Ю. Бранцевой, Б. Красовского. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. — 509 с.
3. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т., Т.3. Проблемы развития психики / Л.С. Выготский / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Педагогика, 1983 – 368 с.
4. Газман О.С. Воспитание и педагогическая поддержка детей // Народное образование. – 1998. – № 6. – С.108 – 111.
5. Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд. – СПб., Союз, 1998. – С. 294 – 295.
6. Кон И.С. Социологическая психология. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1999.—560 с.
7. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Издательство «Академия», 2004. – С. 273 – 293.
8. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. М.: Издательство «МГУ», 1981. – С. 375 – 428.
9. Кравчук П.Ф. Идентификация личности в глобальной информационно-коммуникативной среде / П.Ф. Кравчук, В.В. Зотов // Национальная идентичность России и демографический кризис: материалы II Всерос. науч. конф. М.: Науч. эксперт, 2008. – С. 460.
10. Мид Д.Г. Сознание, самость и общество / Джордж Герберт Мид. – Москва: Директ-Медиа, 2007. – 34 с.
11. Николаева Т.А. Семья как ценность российского общества // Основные тенденции государственного и общественного развития России: история и современность: сборник научных трудов / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Тихоокеанский государственный университет; редакционная коллегия: С.В. Киреев (ответственный редактор) [и др.] – Хабаровск: Издательство ТОГУ, 2023. – Вып. 16. – 119 – 123.
12. Парсонс Т. Система современных обществ / пер. с англ. Л.А. Седова и А.Д. Ковалева. — М.: Аспект-Пресс, 1997. — 270 с.
13. Самыгин С.И., Верещагина А.В., Загирова Э.М. Традиционная семья: специфика социологического дискурса и методологические приоритеты // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2016. №12. – С. 81 – 85.
14. Синельников А.Б. Семья и брак: кризис или модернизация? // Социологический журнал. 2018. Т. 24, №1. – С. 95 – 113.
15. Фетисова Е.Н. Паттерны «мужское»/«женское» в науке // Образовательная система: структурное преобразование и перспективные направления развития научной мысли: материалы международных научно-практических мероприятий Общества науки и творчества (г. Казань) за апрель 2019 год / под ред. С.В. Кузьмина. Казань, 2019. – С. 206.
16. Эрикссон Э.Х. Идентичность. Юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.

© Николаева Татьяна Анатольевна (004012@pnu.edu.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

## АССЕРТИВНОСТЬ – НАВЫК УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

### ASSERTIVENESS IS THE SKILL OF SELF-CONFIDENCE

**E. Pokalchuk  
C. Vorobyova**

*Summary:* In this article, the concept of assertiveness is considered as a skill of self-confidence. Within the framework of assertive behavior, personal strength is manifested not in domination or suppression of the enemy, but in soft influence. A person who is confident in his abilities is usually based on an assessment of opportunities, the situation and a forecast of a possible result. This quality has the appearance of external calm; it is easier for such a person to communicate with other people without feeling the need to suppress their will. Assertiveness involves self-control, which can also be called a sign or even a skill of self-confidence. A trait is a characteristic, and a skill is a dynamic phenomenon that can be formed and developed. Assertiveness, that is, the ability to defend one's boundaries, one's own opinion and give an adequate assessment of what is happening, can simultaneously be called both a sign and a skill of self-confidence.

*Keywords:* assertiveness, assertive behavior, self-confidence, personality, communication, self-control.

**Покальчук Елена Вячеславовна**

Аспирант, Тихоокеанский государственный университет,  
(г. Хабаровск, Россия)  
slyxai.elena@mail.ru

**Воробьева Клариса Ивановна**

Доктор психологических наук, профессор, Тихоокеанский  
государственный университет, (г. Хабаровск, Россия)  
Klarisav2011@mail.ru

*Аннотация:* В данной статье понятие асертивность рассматривается как навык уверенности в себе. В рамках асертивного поведения сила личности проявляется не в доминировании или подавлении противника, а в мягком воздействии. Уверенный в своих силах человек обычно основывается на оценке возможностей, ситуации и прогнозе возможного результата. Это качество имеет вид внешнего спокойствия, такой личности легче коммуницировать с другими людьми, не испытывая потребности в подавлении их воли. Асертивность предусматривает самоконтроль, что также можно назвать признаком или даже навыком уверенности в себе. Признак – это характеристика, а навык – это динамическое явление, которое возможно формировать и развивать. Асертивность, то есть умение отстаивать свои границы, собственное мнение и давать адекватную оценку происходящему, одновременно можно назвать и признаком, и навыком уверенности в себе.

Ключевые слова: асертивность, асертивное поведение, уверенность в себе, личность, коммуникация, самоконтроль.

### Актуальность исследования

Актуальность исследования заключается в необходимости исследования такого понятия, как «асертивность». Формирование личности человека проходит на протяжении всей его жизни, в процессе чего индивид обретает зрелость и уверенность. Самоутверждение и проявление себя в обществе требует твердости, решительности в защите своих личных границ и отражения «атак» извне.

Существует 3 формы поведения: пассивная, агрессивная и асертивная. При пассивном поведении человек, как правило, предпочитает принять точку зрения другого человека, промолчать, согласиться и избежать споров и конфликтов. Данная позиция указывает на неуверенность в себе, так как личность осознанно позволяет другим доминировать над собой и обесценивает собственные интересы.

Агрессивное поведение, в свою очередь, проявляется в форме абьюзивных действий, личность также не способна донести конструктивно свою точку зрения или видение ситуации. Формами проявления агрессии являются манипуляции, шантаж, давление. Это также показатель неуверенности в себе, со стороны создается впечатление, что агрессор сомневается в своей правоте,

но упорно пытается доказать обратное.

Асертивность, в свою очередь, подразумевает независимость от чужого мнения. Такая личность четко осознает степень своей ответственности за собственные действия, адекватно оценивает свои возможности и не стремится возвыситься в глазах других.

**Цель** – рассмотреть асертивность как навык уверенности в себе.

### Задачи

1. Ознакомиться с теоретическими аспектами понятий «уверенность» и «асертивность».
2. Проанализировать свойства асертивной личности.
3. Обозначить связь между асертивностью и уверенностью в себе.

### Анализ исследований и публикаций

Понятие асертивности, как самостоятельного свойства и как компонента структуры других категорий изучалось во многих работах, в качестве теоретической базы нашей статьи были использованы исследования таких учёных: Л.Ф. Алексеевой, И.В. Лебедевой, А.П. Монаховой, В.П. Шейнова и др.

## Основные результаты

Категория уверенности в себе в последнее время пользуется большой популярностью как в научной сфере, так и в качестве направления различного рода тренингов, коуч-проектов и т.п. На данный момент всё ещё не существует единого определения «уверенности в себе», что оставляет пространство для дальнейшего изучения.

Уверенность можно исследовать с позиций разных дисциплин, а именно: психология, социология, философия и биология. В нашем случае, мы акцентируем внимание именно на психологии.

В одной из трактовок уверенность в себе – это готовность субъекта преодолевать сложные задачи, оценивая степень риска и вероятность неудачи. Если эта уверенность не обоснована, то имеет место самоуверенность, что может быть как отрицательным, так и положительным фактором, в зависимости от результата.

Уверенность также подразумевает веру в свои силы, успех и имеет ряд проявлений:

- ощущение силы и правоты;
- проявление чёткой, твердой позиции;
- проявление решительности;
- самоконтроль и независимость.

Уверенный в себе человек располагает нужными личностными ресурсами, которые позволяют ему побороть сомнения, тревогу и страхи. П.А. Рудик [6] и В.И. Селиванов [7] называют уверенность совокупностью основных волевых качеств, без которых любая деятельность не будет эффективной.

Позитивная оценка является ядром уверенности в себе, так как определяет самоотношение личности и оценку своих действий. Самооценка человека, безусловно, должна быть адекватной, но именно позитивная оценка вселяет веру в свои силы, возможности [3].

Стоит отметить, несмотря на большое количество научных исследований уверенности в себе, чётких критерий, по которым эту величину можно было бы измерить, ещё не разработано. Уверенностью в себе можно считать именно позитивные оценки собственных навыков и способностей, необходимых для достижения важных целей [5].

Уверенность в себе тесно связана понятием ассертивности, и некоторые учёные, например, А. Бандура, называют эти понятия практически тождественными. Ассертивные люди, как и уверенные в себе проявляют самоэффективность в анализе различного рода ситуаций [2].

Самоэффективность индивида проявляется подраз-

умеет наличие следующих умений:

- осознание содержания проблемы;
- моделирование альтернативных ситуаций;
- выбор релевантных средств достижения цели;
- прогнозирование исхода принятия решения;
- реализация принятия решения;
- самоконтроль.

Ассертивные люди – это самоэффективные личности, так как они наиболее способны к адаптации, прогнозированию результатов предстоящих действий, отличаются гибкостью, способностью выбирать нестандартные способы решения проблем.

По нашему мнению, эти понятия стоит рассматривать в одном ключе, но всё же между ними нельзя с уверенностью поставить знак равенства. Ассертивность, как и уверенность можно прививать и развивать, это в основном приобретённые свойства, связанные с процессом становления личности.

Уверенный человек всегда чётко осознаёт свои действия, его сложно сбить с толку и трудно им манипулировать. Ассертивное поведение также отличается стойкостью к манипулированию, но при этом без стремления доминирования над другими людьми.

Американский психолог А. Солтер предложил программу для работы с пациентами, которые имели ограниченный репертуар поведения, потому что испытывали чувство неполноценности. Эти пациенты, по мнению автора, сталкиваются с трудностями в реализации своих желаний и не могут открыто показать свои эмоции [9].

Учёный отметил, что ассертивность охватывает все сферы коммуникативной деятельности человека. Это качество проявляется в речи, поведении, умении находить баланс и компромисс, адекватности самооценки, невербальных способах (жесты, мимика), отношению к себе и окружающим, в умении проявлять обаяние и импровизацию в поведении [9].

Ассертивность – это «позитивный эгоцентризм», личность сосредоточена на себе, своих действиях, интересах, но в отличие от обычного эгоизма ассертивный человек не является абьюзером [1].

Данный навык позволяет выразить уважение к окружающим, но при этом не обесценивания собственную значимость. Ассертивность также можно назвать свойством дипломатии, которое упрощает процесс общения, сохраняя компромисс между сторонами.

Ассертивная личность ведёт себя вежливо, структурировано, не теряя самообладания, доносит личное мнение до окружающих, используя конструктивные до-

воды. Это личность свободная от предрассудков, навязанных недостатками педагогики и воспитания.

Ассертивные и уверенные люди способны к само-рефлексии, независимости от оценок окружающих. Если человеку не нужно что-то доказывать, чтоб повлиять на мнение окружающих, то и излишней эмоциональности и тревоги можно избежать, сохраняя при этом своё ментальное здоровье. Ассертивность является частью в комплексе навыков уверенности. Такое поведение позволяет самостоятельно регулировать свое поведение и осознавать свою ответственность [4].

Уверенность в себе можно изучать на основе схемы строения атома.



Рис. 1. Навыки уверенности в себе

Ядро – это позитивная самооценка; «электроны» - ассертивность, воля, самообладание, самоконтроль. Таким образом, уверенность в себе – это, как и атом неделимая частица характера человека и личностный ресурс.

### Заключение

Ассертивность – это комплексная характеристика человека, которая предполагает баланс между правами и ответственностью; между уважением к себе, своим желаниям и личным границам, а также аналогичным уважением к другим. Простыми словами, ассертивность – это так называемая «здоровая» уверенность в себе, лишенная агрессии в сторону других людей.

Ассертивное поведение представляет собой определенную конструктивную «золотую середину» между такими не совсем конструктивными видами поведения в межличностном общении как пассивность и агрессивность.

Ассертивное поведение предполагает уверенность в себе, ответственность за свои чувства, поступки. Подобная модель поведения дает возможность человеку жить полноценно и в эмоциональном, и в интеллектуальном плане. И это все потому, что мы позволяем себе такую роскошь как выражать то, что думаем и чувствуем.

Ассертивная личность обладает такими характеристиками:

- свобода выражения мыслей, чувств;
- умение общаться с людьми на всех уровнях;
- активная ориентация к жизни;
- самоуважение;
- независимость и уверенность;
- самообладание.

Итак, ассертивное поведение – это поведение, позволяющее человеку выражаться дипломатично, убедительно, не используя манипуляции, агрессию, давление для убеждения собеседника. Это качество играет большую роль, как в профессиональной деятельности, так и в межличностном общении.

Уверенность в себе подразумевает умение выражать внутреннюю силу. Свободные, жесткие движения без колебаний. Это способность владеть собой, поступать по собственному решению, без лишних сомнений, уважая при этом права других.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева Л.Ф., Лебедева И.В. Ассертивность как основное свойство субъекта в психологии // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 1 (18). – С. 39-42.
2. Бандура А. Теория социального научения. – СПб: Евразия, 2000. – 320 с.
3. Лабунская В.А., Менджерицкая К.А., Бреус Е.Д. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. – М., 2001. – 286 с.
4. Монахова А.П. Ассертивность – умение стоять на своем. – 2022. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://teledocor24.ru/article/400-52-assertivnost-umenie-stoyat-na-svoem/>
5. Ромек В.Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии // Психологический вестник. Ростов н/Д, 1996. Вып. 1. Ч. 2. С. 132-138
6. Рудик П.А. Психология. – М.: ФиС, 1976. – 239 с.



7. Селиванов В.И. Волевая регуляция активности личности // Психологический журнал. – 1982. – Т. 3. – № 4. – 19 с.
  8. Шейнов В.П. Взаимосвязи ассертивности с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. – 2018. – № 2. – С. 147-161
  9. Salter A. Conditioned reflex therapy. – New York: Farrar, Straus & Giroux, 1949.
- 

© Покальчук Елена Вячеславовна (slyxai.elena@mail.ru), Воробьева Клариса Ивановна (Klarisav2011@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ И ТЕХНИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЙ

**Ри Шин Хян**

Кандидат психологических наук, доцент, ФГБОУ ВО  
«Сахалинский государственный университет»  
Enrapture777@yandex.ru

## DISTINCTIVE FEATURES OF EDUCATIONAL MOTIVATION OF STUDENTS OF HUMANITARIAN AND TECHNICAL FIELDS

**Ri Shin Khian**

*Summary:* This article is about the role of students' educational motivation as a driving force determining the academic achievements of students. This issue has been studied by such authors as D.B. Elkonin, O.S. Grebenyuk, V.D. Shadrnikov, V.V. Davydov and others. It is believed that educational motivation helps to determine not only the further development of personality, but also contributes to the implementation of various forms of educational activity, while involving the emotional and volitional sphere. Educational motivation is a resource for personal contribution to individual capabilities and achieving the desired result.

*Keywords:* educational motivation, motive, developing personality, resource, success.

*Аннотация:* В данной статье говорится о роли учебной мотивации студентов, как движущей силы, определяющей академические достижения обучающихся. Данный вопрос изучали такие авторы, как Д.Б. Эльконин, О.С. Гребенюк, В.Д. Шадриков, В.В. Давыдов и др. Считается, что учебная мотивация помогает определять не только дальнейшее развитие личности, но и способствует реализации различных форм учебной деятельности, задействовав при этом эмоционально-волевую сферу. Учебная мотивация является ресурсом для личного вклада в свои индивидуальные возможности и достижение желаемого результата.

*Ключевые слова:* учебная мотивация, мотив, развивающая личность, ресурс, успешность.

Учебная мотивация сейчас является одной из наиболее актуальных и изучаемых проблем в современном обществе. Ее многоаспектность и многогранность семантически обуславливаются различными факторами. Учебная мотивация, как и всякая другая форма мотивации, включает в себя сложную и многоуровневую систему, что является неотъемлемым ее свойством.

Множество ученых, таких как Д.Б. Эльконин, О.С. Гребенюк, В.Д. Шадриков, В.В. Давыдов и другие, в своих исследованиях учебной мотивации сходятся во мнении, что это общее название для процессов, методов и средств, способствующих стимулированию учащихся к продуктивной познавательной деятельности и активному освоению содержания образования. Развивающаяся личность, благодаря учебной мотивации, определяет свое дальнейшее развитие и находит возможность реализовать различные формы учебной деятельности, активируя эмоционально-волевую сферу. Индивидуальная эмоционально-волевая сфера является значимым фактором, влияющим на специфику учебной ситуации в каждый отдельный промежуток времени.

Важно отметить, что мотивация, будучи внутренним процессом, основана на субъективно-личных стремлениях достичь определенных целей с использованием собственных усилий, активности и саморегуляции. Предполагается, что мотивация формируется индивиду-

ально у каждого человека в соответствии с его психологическими особенностями. Внутренняя мотивация, или самомотивация, связана с индивидуальностью личности и ее ответственностью. Мотивация служит ресурсом для самостоятельной деятельности, содержательного развития и личного вклада в достижение желаемого результата, используя такие индивидуальные возможности, как время, знания, талант, воля.

Теоретический обзор литературы демонстрирует, что успех в учебной деятельности зависит от характеристик учебной мотивации, которые играют роль движущей силы и определяет академические достижения студентов. Мотив является побудительной силой учебной деятельности и представляет собой «опредмеченную потребность» в соответствии с определением А.Н. Леонтьева. Мотивами могут быть внешние предметы, привычки, чувства и представления, которые удовлетворяют наши потребности. Мотивы указывают на цели, ради которых осуществляется учебная деятельность [3, с. 74].

Термин «мотивация» имеет более широкий смысл, чем термин «мотив». Мотивация представляет собой сложный многоуровневый регулятор человеческой жизнедеятельности. Согласно Леонтьеву А.Н., Ильину Е.П. мотивация подразумевает включение процессов определения активности человека и формирования побуждения к деятельности. В контексте учебного процесса

мотивационная сфера личности проявляется через разнообразные побуждения: мотивы, потребности, интересы, цели, установки, которые определяют проявление учебной активности и стремление к участию в студенческой жизни [5, с. 278].

Учебная деятельность студентов часто имеет множество различных мотивационных факторов, и наличие внешних стимулов в учебном процессе, а порой и их преобладание, связано с различными причинами, включая личные стремления, социальные условия и другие факторы. Внешние мотивы учебной деятельности возникают в результате влияния социальных факторов и включают мотивы признания, автономии и уважения. Одним из характерных типов внешних мотивов, которые регулируют активность студентов в учебе, является стремление получить уважение и признание от значимых для них людей, а также развитие самоуважения, которые могут быть достигнуты через достижение высоких результатов в учебной деятельности.

Исследования, проведенные в области мотивации учебной деятельности, показывают, что выявление различных типов внешней мотивации имеет важное значение для понимания механизмов и прогнозирования успеха студентов в учебе. Согласно исследованию Т.О. Гордеевой, внешние факторы часто стимулируют учебный процесс. Когда внешние мотивы преобладают, цель обучения становится средством или условием для достижения личностно значимых мотивов.

Классификация мотивации учебной деятельности студентов включает различные факторы, связанные с их отношением к выбранной профессии, учебным предметам и образовательному процессу в целом. **Внутренние мотивы** могут быть разнообразными и включать *познавательные* мотивы, например, стремление обрести новые знания и стать более эрудированным. Кроме того, *учебно-познавательные* мотивы могут быть присутствовать, когда студенты ориентируются на способы усвоения знаний и конкретных предметов. *Профессиональные* мотивы также играют важную роль, поскольку студенты стремятся получить опыт и возможность заниматься ин-

тересной и перспективной работой. Некоторые студенты также могут быть мотивированы *творческой самореализацией* или *эстетическими* аспектами учебы, такими как развитие своих скрытых способностей и талантов, а также получение удовольствия от учебного процесса [4, с. 57].

С другой стороны, **внешние мотивы** мотивации включают *социальные* факторы. Например, некоторые студенты стремятся получить признание в обществе и подтвердить свой социальный статус через успешную учебу. Для других студентов *прагматические* мотивы могут играть роль, такие как желание получить достойное вознаграждение за свой труд. Мотивы *престижа* также могут быть важны, поскольку некоторые студенты стремятся утвердиться в обществе через образование или общественную деятельность и занять определенную должность. Кроме того, *коммуникативные* мотивы могут быть присутствовать, поскольку студенты хотят расширить свой круг общения, повысить свой интеллектуальный уровень и завести новые знакомства. Естественно, существуют и другие факторы, которые также могут оказывать влияние на мотивацию студентов [4, с. 59].

Для изучения ведущих мотивов учебной деятельности и выявления их характеристик было проведено исследование среди 60 студентов СахГУ гуманитарного в количестве 30 человек и технического направления в количестве 30 человек. Одной из основных целей исследования было выяснить, какие факторы мотивируют студентов выбирать гуманитарные и технические специальности и активно участвовать в учебном процессе.

Результаты анализа представлены в Таблице 1.

Анализ полученных результатов мотивов учебной деятельности показал, что самые высокие показатели отмечаются по мотивам творческой самореализации у студентов гуманитарных направлений, что составило 50%, и по профессиональным мотивам у технических специальностей, что составило 60%. Согласно результатам сравнительного статистического анализа студентов гуманитарных и технических специальностей выявлены значимые отличия в профессиональных мотивах

Таблица 1.

Сравнительный анализ учебных мотивов студентов гуманитарных и технических направлений.

	Гуманитарии	Технари	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
Коммуникативные мотивы	10%	6%	Uэмп (450)	-
Мотивы избегания	0%	0%	Uэмп (450)	-
Мотивы престижа	6,5%	0%	Uэмп (420)	-
<b>Профессиональные мотивы</b>	<b>30%</b>	<b>60%</b>	<b>Uэмп (285)</b>	<b>p≤0.05</b>
<b>Мотивы творческой самореализации</b>	<b>50%</b>	<b>10%</b>	<b>Uэмп (270)</b>	<b>p≤0.05</b>
Учебно-познават. мотивы	6,5%	14%	Uэмп (420)	-
Социальные мотивы	3%	10%	Uэмп (4)	-

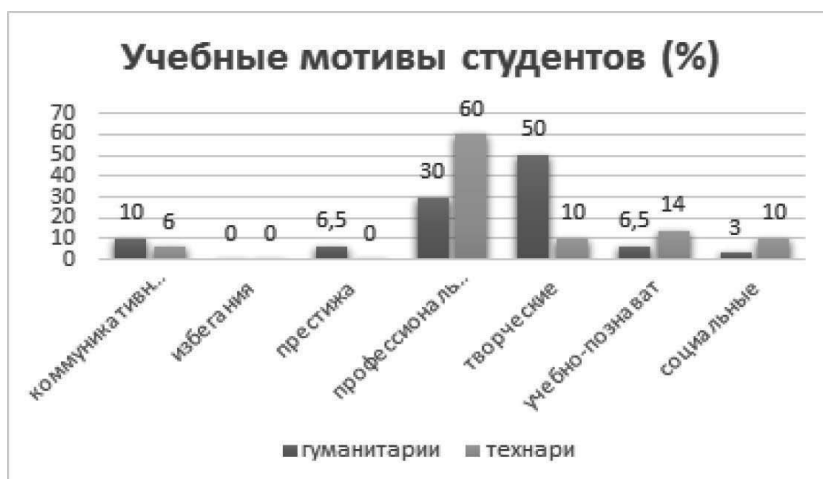


Рис. 1. Отличительные особенности учебных мотивов студентов гуманитарных и технических направлений

( $p \leq 0.05$ ) и мотивах творческой самореализации ( $p \leq 0.05$ ) (см. Таблицу 1 и Рисунок 1).

Результаты исследования показали, что среди ведущих мотивов учебной деятельности студентов гуманитарных специальностей выделяются следующие:

- Интерес к предмету и желание узнать больше. Многие студенты отметили, что выбрали гуманитарные специальности из-за своего любопытства и интереса к соответствующим предметам. Они стремятся погрузиться в изучение гуманитарных наук и расширить свои знания в этих областях.
- Потребность в творческом самовыражении. Многие студенты гуманитарных специальностей испытывают потребность в творческом самовыражении и развитии своих творческих способностей. Они видят в гуманитарных науках возможность выразить свои идеи, мысли и чувства через литературу, искусство, письменность и другие формы творчества.
- Социальная значимость и влияние. Некоторые студенты гуманитарных специальностей мотивируются желанием внести вклад в развитие общества и иметь возможность повлиять на мнения и убеждения других людей. Они видят в гуманитарных науках средство для анализа и понимания социальных процессов и проблем, а также для их решения.
- Личностный рост и саморазвитие. Многие студенты гуманитарных специальностей считают, что изучение гуманитарных наук позволяет им развивать свои интеллектуальные способности, критическое мышление, коммуникативные и аналитические навыки. Они видят в учебе возможность стать более образованными, глубже понимать себя и мир вокруг.
- Карьерные перспективы и возможности. Некоторые студенты гуманитарных специальностей выбирают эти направления из-за убеждения, что они

открывают широкие возможности для карьерного роста и достижения успеха в различных сферах, таких как журналистика, маркетинг, культурология, политика и др.

Эти результаты указывают на то, что студенты гуманитарных направлений имеют сильные мотивы, связанные с творчеством и самовыражением. Они стремятся применять свои знания и навыки в создании новых идей, исследовании человеческого опыта и понимании глубинных смыслов. Творческая самореализация является для них основным источником вдохновения и удовлетворения.

С другой стороны, студенты технических специальностей проявляют больший интерес к профессиональным мотивам. Они стремятся развивать свои навыки и компетенции в конкретной области, чтобы стать успешными специалистами. Их мотивация сконцентрирована на достижении профессиональных целей, решении технических проблем и применении научных знаний в практической деятельности.

Эти различия в мотивации между гуманитарными и техническими студентами могут быть объяснены различиями в индивидуальных предпочтениях, интересах и склонностях. Гуманитарии обычно обладают более развитым эмоциональным и социальным интеллектом, а также интересуются искусством, литературой и гуманитарными науками. Технические студенты, напротив, обычно обладают более аналитическим и логическим мышлением, а также интересуются математикой, науками о природе и технологиями.

Важно отметить, что эти различия в мотивации не означают, что студенты определенных направлений не могут иметь интерес к другим видам мотивации. В реальности многие студенты могут проявлять смешанные мотивы, которые сочетают в себе элементы творческой

самореализации и профессиональных целей. Кроме того, мотивация может изменяться со временем и влиять на выбор профессионального пути и карьерных достижений.

В итоге, понимание различий в мотивации студентов гуманитарных и технических специальностей может помочь образовательным учреждениям и преподавателям более эффективно подходить к обучению и стимулированию студентов. Например, для студентов гуманитарных направлений может быть полезно создавать курсы и задания, которые позволяют им проявить свою творческую самореализацию, например, через написание эссе,

создание художественных произведений или участие в исследовательских проектах. Для студентов технических специальностей целесообразно уделять больше внимания практическим применениям изучаемых материалов, решению реальных технических задач и развитию профессиональных навыков.

Важно помнить, что каждый студент уникален и может иметь свои собственные мотивации и интересы. Поэтому индивидуальный подход к студентам и создание возможностей для самореализации и развития их уникальных способностей является ключевым фактором успешного обучения и мотивации.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Абакумова, Н.Н. Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: учебное пособие / Н.Н. Абакумова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 234 с.
2. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология», «Менеджмент организации», «Управление персоналом» / Г.Х. Бакирова. — Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 439 с.
3. Гроголева, О.Ю. Психология мотивации: учебное пособие / О.Ю. Гроголева. — Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2015. — 126 с.
4. Кряжева, Е.В. Психология мотивации: учебно-профессиональная мотивация: учебное пособие / Е.В. Кряжева, М.Ю. Виноградская, А.Э. Цымбалюк. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 75 с.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность, сознание, личность / А.А. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, Е.Е. Соколова. - Москва: Смысл, 2005 — 431 с.
6. Шамис, В.А. Психология мотивации: учебное пособие для бакалавров / В.А. Шамис, Г.Г. Левкин. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2022. — 74 с.

© Ри Шин Хян (Enrapture777@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ: ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

## EATING DISORDERS: BASIC CONCEPTS, HISTORY AND CURRENT CONCEPTS

*D. Silaeva  
E. Gutkevich*

*Summary:* Eating disorders include abnormal eating-related behavior accompanied by expressed concern about one's own weight and figure. The most common types of eating disorders are considered to be anorexia nervosa, bulimia nervosa and pathological overeating. In this paper, we consider the basic concepts, history and modern representations of eating disorders.

*Keywords:* eating disorder, eating behavior, anorexia nervosa, bulimia nervosa, overeating, eating disorders.

**Силаева Дарья Викторовна**

*Аспирант, Национальный исследовательский Томский государственный университет  
silaevadv@gmail.com*

**Гуткевич Елена Владимировна**

*Доктор медицинских наук, профессор, ведущий научный сотрудник, Национальный исследовательский Томский государственный университет;  
Томский национальный исследовательский медицинский центр Российской академии наук;  
Научно-исследовательский институт психического здоровья  
gutkevich.elena@rambler.ru*

*Аннотация:* Расстройства пищевого поведения включают аномальное поведение, связанное с приемом пищи, и сопровождающееся выраженной обеспокоенностью собственным весом и фигурой. Наиболее распространенными видами расстройств пищевого поведения считаются нервная анорексия, нервная булимия и патологическое переедание. В данной работе мы рассматриваем, основные понятия, историю и современные представления о расстройствах пищевого поведения.

*Ключевые слова:* расстройство пищевого поведения, пищевое поведение, нервная анорексия, нервная булимия, патологическое переедание, нарушения пищевого поведения.

**П**ищевое поведение считается естественным поведением человека, направленным на удовлетворение естественных, биологических потребностей. Нарушенное отношение к еде, весу и форме тела играет ключевую роль в возникновении и поддержании расстройств пищевого поведения.

Под расстройствами питания и пищевого поведения по Международной классификации болезней 11 пересмотра принято понимать аномальное поведение, связанное с приемом пищи и питанием, которое не объясняется другим расстройством здоровья и не соответствует особенностям развития. Расстройства пищевого поведения включают аномальное поведение, связанное с приемом пищи, и озабоченностью едой, что сопровождается выраженной обеспокоенностью собственным весом и фигурой. Расстройства питания включают нарушения поведения, связанные с поеданием несъедобных веществ или умышленное срыгивание съеденного, а также ограничения потребления пищи, при отсутствии усиленного внимания к своему весу или фигуре [14]. Далее в нашей работе рассматривается динамика понятий наиболее распространенных видов расстройств пищевого поведения, таких как нервная анорексия, нервная булимия и патологическое переедание.

Нервная анорексия является психическим расстройством и характеризуется значительно низкой массой тела, которое не связано с отсутствием пищи или иными состояниями здоровья. Одним из наиболее характерных и инвалидизирующих признаков нервной анорексии служит чрезмерное ограничение в еде, включающее ограничительное питание, очищающее поведение (например: злоупотребление слабительными, самоиндуцированная рвота), поведение, направленное на увеличение расхода энергии (например: при чрезмерной физической нагрузке), и приводящее к значительной потере веса [5, 14].

Ограничительное поведение в питании характерное для нервной анорексии, встречается при упоминании различных религиозных практик. Ограничение употребления определенных видов продуктов питания, времени употребления пищи, а также способов приготовления и употребления еды, данные формы поведения давно практикуются людьми. Так, приему пищи или отказу от неё может придаваться сакральный смысл. Однако в качестве альтернативного восприятия отмечается, что эти прошлые «случаи» не могут рассматриваться как примеры нервной анорексией, как это понимается сегодня, так как данные случаи голодания и воздержания от пищи

связаны с культурой и не могут быть отделены от их социокультурного контекста [12].

Самые ранние медицинские описания анорексии обычно относят к 1689 году и приписываются английскому врачу R. Morton, который опубликовал труд под названием «Phthiologia, seu Exercitationes de Phthisi», который расценивается как первое медицинское описание нервной анорексии. Это состояние он назвал «нервным истощением организма». R. Morton описал опыт двух медицинских наблюдений синдрома, в которых отмечалось чрезмерное голодание и потеря аппетита, при отсутствии признаков какого-либо известного заболевания. Данное состояние истощения организма, он предполагал вызывается грустью и тревожной щепетильностью [12].

С обращением к Британской медицинской ассоциации в Оксфорде в 1868 году выступил W. Gull, упомянувший об особой форме болезни, которую он назвал истерической апепсией, но впоследствии изменил его на истерическую анорексию. В исследовании W. Gull показано, что данное состояние возникает в основном у молодых женщин и характеризуется крайним истощением, а также что причину этого состояния определить невозможно, но случаи в основном возникают у молодых женщин в возрасте от шестнадцати до двадцати трех лет. Затем W. Gull в 1873 году изменил название данного состояния на нервную анорексию, подчеркивая, что у страдающих нервной анорексией произошел переход от стремления к духовному совершенству к стремлению к телесному совершенству [6, 12].

Следует отметить влияние психоанализа на то, как воспринимали расстройства пищевого поведения. Так, данные расстройства проявляются в использовании бессознательной стратегии борьбы за свой «вес» в семейной системе в ее «негативной символике»: чем меньше реальный вес у девушки, тем серьезнее близкие обеспокоены и тем лучше прислушиваются к пациентке. Что ведёт к ощущению большей значимости в семье. Нервная анорексия, в психодинамическом понимании воспринимается также как попытка защиты от взросления в целом на основе чувства бессилия перед лицом нарастающих ожиданий мира взрослых [13].

В 1914 году M. Simmonds была опубликована работа, в которой отмечалась гипофизарная недостаточность у потерявших вес испытуемых. Внимание акцентировалось не только на психологический аспект проблемы, но и предлагалось изучить его физиологические факторы. Важно обозначить, что Берман в 1930 году указал на вторичность физиологических симптомов и обратимость их при психотерапевтическом вмешательстве [8].

Первые формализованные диагностические крите-

рии нервной анорексии были предложены C.F. Russel в 1970 году. И с 70-х годов XX века утвердилось включение психологического и физиологического компонента в понимание расстройств пищевого поведения [8].

Фобию веса как ведущую психопатологию при нервной анорексии в своих работах рассматривал A. Crisp в 1967-1980 годах. В том числе, из-за различных страхов и внутриличностных конфликтов, связанных с процессом взросления, с формированием массы тела взрослого человека. При этом нервная анорексия определялась как возможность ухода от процесса взросления [10].

В работе H. Bruch 1973 года подчеркивается, что неестественная реакция эмоционального питания является приобретенной как возможный результат родительских практик, подрывающих психологическое и эмоциональное развитие ребенка. Когда реакция опекуна постоянно неуместна, будь то пренебрежение, чрезмерная защита или даже манипулятивность или враждебность, результатом может быть то, что у ребенка развивается плохая interoцептивная чувствительность (плохое осознание чувства голода и сытости). Когда еда используется для умиротворения ребёнка в каждом случае, он «будет неспособен различать различные потребности, чувствуя себя беспомощным в контроле своих биологических побуждений и эмоциональных импульсов» [9].

В опубликованном в 1952 году в DSM-I, появилось понятие нервной анорексии, которое стало одним из примеров диагностики психофизиологической желудочно-кишечной реакции, «в которых эмоциональные факторы играют причинную роль». Нервная анорексия в DSM-II была переопределена как пример диагноза нарушения питания. В DSM-III, опубликованное в 1980 году, включена категория – расстройства пищевого поведения, с описанием конкретных симптомов нервной анорексии, аналогичные тем, которые используются в текущем издании [8].

Нервная анорексия в современной науке – это расстройство, характеризующееся преднамеренной потерей массы тела, вызванной и поддерживаемой пациентом. Она связана с самоограничением на количество и качество принимаемой пищи. Расстройство ассоциируется со специфической, психопатологической по своей природе боязнью ожирения [13].

Булимическое поведение впервые было отмечено в 1903 г. доктором P. Janet. Другие врачи также сообщали, что у пациентов проявлялись различные признаки передания, очищения организма и злоупотребления слабительными средствами для поддержания низкого веса то, что известно теперь, как симптомы булимии. В то время расстройства пищевого поведения часто рассматривались как эндокринные расстройства [15].

Доктор J. Russell (1979) был первым, кто официально определил нервную булимию и первоначально идентифицировал это расстройство как вариант нервной анорексии. Он отметил это в связи с наблюдением самоиндуцированной рвоты и других способов избавления от калорий у пациентов с диагнозом нервной анорексии. Так, Russell пришел к выводу, что описанное им состояние не следует рассматривать как отличное от нервной анорексии, но что оно может быть результатом или следствием анорексии до развития симптомов нервной булимии. В своем исследовании он сообщил, что у пациентов были периоды, возникновения позывов к перееданию, которые характеризовались как «сильные и непреодолимые». Сразу после периодов переедания проявлялось поведение, направленное на предотвращение увеличения веса. Наиболее распространенным поведением была самоиндуцированная рвота, также отмечалось использование слабительных, голодание в течение определенного периода времени, занятия чрезмерными физическими упражнениями или использование мочегонных средств с целью предотвращения увеличения веса. Некоторые пациенты с нервной анорексией вызывали у себя рвоту или совершали другие действия, направленные на предотвращение увеличения веса, но это поведение не следовало за эпизодом переедания [8].

В описаниях эпизодов переедания Russell подчеркивает, что его пациенты заявляли, что они чувствовали тип голода, который был скорее для удовлетворения эмоционального чувства или чувства пустоты, и не был связан с потребностью в еде.

Вслед за описанием нервной булимии Russell в 1979 году было опубликовано издание DSM-III, в котором булимия диагностировалась как расстройство пищевого поведения с диагностическими симптомами, отличными от нервной анорексии. Хотя DSM-I включало термин «булимия», он был включен только в приложение, озаглавленное «Дополнительные термины», и не был указан как что-то, что можно диагностировать как психическое расстройство.

Многие исследователи булимии считают, что причиной данного заболевания является дефицит уверенности в себе у больного. С целью проверки этой гипотезы проведено исследование больных, страдающих булимией, с помощью различных методов – ролевых игр, самооценок и др. Mizes J. Scott получил результаты, подтверждающие, что дефицит уверенности в себе у больных булимией связан с когнитивными, а не поведенческими нарушениями [8].

В работе V.R. Pendleton была выдвинута гипотеза, что когнитивными нарушениями, такими как недостаточный самоконтроль и недостаток чувствительности к сигналам насыщения можно частично объяснить булимию.

Дальнейшие исследования подтвердили, что пациентки с булимическими расстройствами обладают худшим самоконтролем и меньшей чувствительностью к сигналам насыщения, однако, лишь в том случае, если нарушается способность к концентрации внимания [8].

В современных исследованиях нервная булимия включает частые эпизоды переедания, почти всегда сопровождающиеся очищением (с помощью искусственно вызванной рвоты или приема слабительных) и сильным чувством вины или стыда. Очищение желудочно-кишечного тракта – способ для постоянного контроля свой вес. Чрезмерная озабоченность собственным телом оказывает непосредственное влияние на восприятие людьми самих себя. Люди с нервной булимией имеют хаотичные привычки в еде. У всех есть объективные переедания, но эти переедания возникают на фоне экстремальных попыток ограничить прием пищи. Действительно, прием пищи вне переедания очень похож на прием пищи у людей с нервной анорексией. Некоторые практически ничего не едят, кроме перекусов, а большинство других строго придерживаются диеты. Многие вызывают у себя рвоту после каждого переедания, чтобы избавиться от съеденной пищи. С этой целью также используют слабительные, мочегонные средства и таблетки для похудения, а также интенсивные физические упражнения [1, 4, 17].

Однажды установившись, нервная булимия имеет тенденцию к самовоспроизводству. Она имеет небольшую тенденцию к спонтанной ремиссии, хотя его тяжесть может усиливаться и ослабевать. К тому времени, когда люди обращаются за помощью, если они действительно обращаются, большинство питается таким образом уже от 5 до 10 лет или даже дольше [11].

Патологическое переедание, как следует из самого термина, является основным признаком патологического переедания. Этот диагноз поставлен недавно, хотя его происхождение восходит к концу 1950-х годов, когда Альберт Станкард из Университета Пенсильвании заметил, что у некоторых людей с ожирением возникают проблемы с перееданием [4].

Это наблюдение в значительной степени игнорировалось до середины-конца 1980-х годов, когда начали накапливаться данные о том, что около четверти тех, кто обращается за лечением от ожирения, сообщают о переедании, но лишь немногие соответствуют критериям нервной булимии. Примерно в то же время исследования распространенности нервной булимии показали, что у большинства тех, кто переедает, нервной булимией нет. В совокупности эти результаты привели к предложению о признании нового расстройства пищевого поведения, характеризующегося повторяющимся перееданием при отсутствии экстремальных методов контроля веса. Это расстройство теперь называется патологиче-



ским перееданием. До этого таких людей несколько уничижительно называли «патологическими едоками» [4].

Эта проблема обычно начинается в позднем подростковом возрасте с периода строгой диеты, который в конечном итоге перемежается повторяющимися эпизодами переедания. Примерно в четверти случаев диета настолько экстремальна, что у человека сначала развивается нервная анорексия, а затем прогрессирует нервная булимия.

Люди с патологическим перееданием имеют повторяющиеся объективные переедания, но они не используют экстремальные меры контроля веса, используемые людьми с нервной булимией. Вместо этого их еда обычно характеризуется общей тенденцией к перееданию, на которую накладывается патологическое переедание. Оно также имеет тенденцию иметь фазовое течение, в котором есть периоды, когда человек склонен к перееданию с вкраплениями других, когда он или она контролирует прием пищи. Эти фазы могут быть довольно длительными, длящимися месяцы или даже годы [4].

Современное понимание выделяет три элемента применительно к патологическому перееданию: привычное переедание; переедание для снятия негативного эмоционального состояния; и переедание, несмотря на неприятные последствия. Эти элементы возникают через механизмы, включающие формирование патологических привычек в результате возникновения негативного эмоционального состояния и дисфункции поведенческого контроля [7].

В настоящее время в исследованиях расстройств пи-

щцевого поведения отмечается, что для людей с нервной анорексией важным становится поддержание низкой массы тела, которую они воспринимают как нормальную. У таких людей обычно существует негативное восприятие своего тела, страх перед ожирением и набором веса, переоценка низкой массы тела, а также нарушения в межличностных отношениях. Часто люди, страдающие от нервной анорексии, испытывают отвращение как к себе самим, так и к еде из-за страха и тревоги перед социальным осуждением из-за возможного набора веса. При нервной булимии и патологическом переедании человек употребляет большое количество пищи и возникает ощущение потери контроля. Люди, страдающие от нервной булимии и патологическим перееданием, также часто испытывают недовольство своей фигурой и весом, опасения перед набором веса и социальным осуждением, а также чувство стыда от невозможности контролировать своё поведение. Хотя периоды переедания и компенсации могут на мгновение облегчить эмоциональное состояние, они быстро приводят к самоуничтожению, чувству вины и депрессии. Данные негативные переживания при расстройствах пищевого поведения дополнительно снижают самооценку, усиливая беспокойство относительно веса и фигуры, а также могут приводить к депрессивным симптомам [1, 2, 16].

Многие расстройства пищевого поведения не соответствуют диагностическим критериям нервной анорексии, нервной булимии или патологического переедания. Эти расстройства пищевого поведения получили множество названий, наиболее распространёнными из которых являются «расстройство пищевого поведения, не уточненное», «ED-NOS» или «атипичное расстройство пищевого поведения».

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Barakat S. et al. Supported online cognitive behavioural therapy for bulimia nervosa: a study protocol of a randomised controlled trial / *J Eat Disord.* 2021 Oct 14;9:126. doi: 10.1186/s40337-021-00482-w.
2. Bektas S. et al. Disgust and Self-Disgust in Eating Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis // *Nutrients.* – 2022. – Т. 14. – №. 9. – С. 1728.
3. Brown ML, Levinson CA. Core eating disorder fears: Prevalence and differences in eating disorder fears across eating disorder diagnoses. *Int J Eat Disord.* 2022 Jul;55(7):956-965. doi: 10.1002/eat.23728.
4. Fairburn C.G. Overcoming binge eating: The proven program to learn why you binge and how you can stop. – Guilford Press, 2013. – P. 259
5. Health-related quality of life assessment in eating disorders: adjustment and validation of a specific scale with the inclusion of an interpersonal domain / P. Meneguzzo, P. Todisco, S. Calonaci [et al.] // *Eating and Weight Disorders.* – 2021. – Vol. 26, No. 7. – P. 2251-2262.
6. Moncrieff-Boyd J. Anorexia nervosa (apepsia hysterica, anorexia hysterica), Sir William Gull, 1873 // *Advances in Eating Disorders.* – 2016. – Т. 4. – №. 1. – С. 112-117.
7. Pathological Overeating: Emerging Evidence for a Compulsivity Construct / C.F. Moore, V. Sabino, P. Cottone, G.F. Koob // *Neuropsychopharmacology.* – 2017. – Vol. 42, No. 7. – P. 1375-1389.
8. Selby C.L. B. The psychology of eating disorders. – Springer Publishing Company, 2018, P.190
9. Van Strien T. Causes of Emotional Eating and Matched Treatment of Obesity // *Current Diabetes Reports.* – 2018. – Vol. 18, No. 6. – P. 1-8.
10. Абдуллаева А.С. Психологическая характеристика нервной анорексии // *Научный аспект.* – 2023. – Т. 4, № 2. – С. 439-442.
11. Аграс В.С., Элл Р.Ф. Победить расстройство пищевого поведения. Когнитивно-поведенческая терапия при нервной булимии и психогенном переедании, пошаговое пособие по самопомощи / пер. с англ. М.Д. Насими. Киев: Диалектика, 2021. 128 с.
12. Кривова Е.С. История становления понятия «нарушение пищевого поведения» // *История российской психологии в лицах: Дайджест-ISSN 2415-7953 (РИНЦ).* – 2017. – №. 6. – С. 125-130.

13. Малкина-Пых И.Г. Виктимология: психология поведения жертвы: комплексный анализ феномена жертвы, подходы к индивидуальному консультированию, упражнения и техники / И.Г. Малкина-Пых. – Москва: Издательство «Эксмо», 2010. – 864 с.
14. МКБ-11. Глава 06. Психические и поведенческие расстройства и нарушения нейропсихического развития. Статистическая классификация. – М.: «КДУ», «Университетская книга» – 2021. – 432с.
15. Николаева Н.О. История и современное состояние исследований нарушений пищевого поведения (культурные и психологические аспекты) // Клиническая и специальная психология. – 2012. – № 1. – С. 51-63.
16. Психосоциальные факторы компульсивного переедания: мета-аналитическое исследование / А.А. Лифинцева, Ю.Ю. Новикова, Т.А. Караваева, М.В. Фомичева // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. – 2019. – № 3. – С. 19-27.
17. Тактика врача-психиатра: практическое руководство / Е.А. Блохина, А.В. Васильева, М.В. Ветрова [и др.]. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2022. – 232 с.

---

© Силаева Дарья Викторовна (silaeadv@gmail.com), Гуткевич Елена Владимировна (gutkevich.elena@rambler.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОПАТОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ У ЗАВИСИМОГО ЧЕЛОВЕКА НА ПРИМЕРЕ ПИЩЕВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

## THE REASONS FOR THE FORMATION OF A PSYCHOPATHOLOGICAL STATE IN AN ADDICTED PERSON ON THE EXAMPLE OF FOOD ADDICTION

*M. Shadrina*

**Summary:** Food addiction is an urgent problem of modern society. The article discusses the causes that lead to the formation of food addiction in humans. The psychological and somatic problems faced by addicted people are considered. The age categories of citizens who are most at risk of addiction have been identified. Recommendations are given that can be aimed at the formation of proper eating behavior in the younger generation.

**Keywords:** eating behavior, food addiction, addiction, addictive behavior, anorexia, bulimia, formation of food addiction, restrictive eating behavior, emotional eating behavior, external eating behavior, habit, dysfunctional upbringing, prevention, psychological support, getting out of addiction.

**Шадрина Мира Валентиновна,**

*Аспирант, Московская международная академия;*

*Клинический психолог, (г. Москва)*

*iriko1@mail.ru*

**Аннотация:** Пищевая зависимость является актуальной проблемой современного общества. В статье рассматриваются причины, влекущие за собой формирование пищевой зависимости у человека; психологические и соматические проблемы, с которыми он сталкивается. Выявляются возрастные категории граждан, наиболее подверженные риску возникновения и развития зависимости. Даются рекомендации, которые могут быть направлены на формирование у подрастающего поколения правильного пищевого поведения.

**Ключевые слова:** пищевое поведение, пищевая зависимость, аддикция, аддиктивное поведение, анорексия, булимия, формирование пищевой зависимости, ограничительное пищевое поведение, эмоциональное пищевое поведение, экстернальное пищевое поведение, привычка, дисфункциональное воспитание, профилактика, психологическая поддержка, выход из зависимости.

**А**нализ по результатам психологического консультирования клиентов выявил наличие такого объемного пласта проблем современного общества, как зависимости от кого-либо или от чего-либо. В психологии любые виды зависимостей называются аддикциями. В переводе с английского аддикция означает привыкание, пагубную привычку. Аддиктивное поведение - это склонность к подчинению при отсутствии самостоятельности, неспособность контролировать собственные поступки, выполнение действий, являющихся привычными для индивида и несущих ущерб физическому и психическому здоровью. Таким образом, аддикция является хроническим состоянием и характеризуется компульсивным поиском и употреблением вещества или вовлечением в деятельность, несмотря на негативные последствия.

Все аддикции условно можно разделить на две основные группы: химические и нехимические (поведенческие) зависимости. К первой группе относятся зависимости от психоактивных веществ, к которым относятся такие зависимости, как алкогольная, табачная, наркотическая, зависимость от лекарственных препаратов, токсических средств. К поведенческим зависимостям относят любовную, зависимость от здорового образа жизни (ЗОЖ), компьютерную, зависимость от гаджетов,

адреналиновую зависимость, шопоголизм, трудоголизм, коллекционирование, клептоманию, религиозный фанатизм, зависимость от сериалов, учебных курсов, вебинаров и другие виды зависимостей. Часто бывает так, что человек может страдать несколькими видами зависимостей, относящимися к разным группам, зависимости могут сменять одна другую. В перечисленном выше списке химических и поведенческих зависимостей не отражена пищевая зависимость, так как она имеет отношение к обеим категориям.

Все упомянутые аддикции, будь то химические или поведенческие, несмотря на различную проявленность имеют схожие пути формирования. На примере пищевой зависимости рассмотрим этапы формирования любых видов зависимостей. Выделяют три таких этапа - начало, середина, конец. Так, на первом этапе человек начинает испытывать чувство голода и желание поесть. На втором этапе принимает решение, где он может добыть себе еду - возможно он сходит в магазин, купит необходимые продукты, приготовит блюдо, которое хотел бы съесть. Третий этап это собственно потребление приготовленного блюда, наслаждение вкусом и ароматом, насыщение, удовлетворение своей потребности. Такое поведение можно считать нормативным. В случае, если на каком-то этапе по определенной причине происхо-

дит нарушение, и такое нарушение впоследствии многократно повторяется, можно сделать вывод о формировании зависимости.

Испытывая на себе влияние какого-либо стрессора, человек стремится снизить уровень своего психического напряжения. Едой он поощряет себя за свои реальные или выдуманные недостатки и на какое-то время забывает про них. Такое поведение является деструктивным и не решает проблемы. Через какое-то время воздействие травмирующего фактора повторяется и человек снова прибегает к способу, который смог его успокоить и отвлечься. Так повторяется цикл за циклом, при этом основная причина не уходит, а проблемы, связанные с зависимостью, такие как лишний вес и сопутствующие соматические заболевания, накапливаются.

По сути, зависимость это есть сформировавшаяся во времени привычка; выработанное и закрепленное на уровне нейронных связей поведение индивида в ответ на сигнал, поступающий извне и напоминающий ему о неприятном пережитом событии. Пищевая зависимость является наиболее актуальной проблемой на сегодняшний день, "пищевая ловушка заключается в том, что кушать приятно, потребление пищи не является уголовно наказуемым деянием, еда доступна, сегодня еду добыть не составляет проблем" [11].

Чаще всего на формирование пищевой зависимости влияют такие факторы, как наличие у человека психологических комплексов, сформированных в детстве. Он убежден, что недостаточно красив, умен, сообразителен, коммуникабелен, не имеет спортивного телосложения. Началом пищевой зависимости может послужить утрата здоровья, материального достатка, социального положения. Пищевой зависимостью чаще всего страдают люди из неблагополучных семей; люди, воспитанные холодными, незэмоциональными или же чрезмерно авторитарными родителями; люди из семей с нарушенной культурой питания.

В зависимости от условий, в которых у человека проявляются пищевые аддикции, выделяют следующие виды пищевого поведения: ограничительное, эмоциогенное и экстернальное.

Ограничительное пищевое поведение подразумевает намеренный отказ от еды или ограниченное ее потребление. В данном случае человек недоволен своей внешностью, может столкнуться с агрессивным отношением к себе и таким способом как бы наказывает себя - "я плохой, недостойный". Чаще всего ограничительное пищевое поведение ведет к анорексии.

При эмоциогенном пищевом поведении желание по-

есть возникает в моменты переживания страха, тревоги, подавленности, скуки, разочарования. При этом он себя успокаивает едой. Многократное повторение таких ситуаций ведет к некорректной обработке информации, посылаемой в мозг - организм воспринимает чувство страха как голод и побуждает человека к приему пищи. Эмоциогенное пищевое поведение является причиной булимии.

Экстернальное пищевое поведение вырабатывается в ответ на стимулы, идущими извне - аромат еды, приятная компания, красивая упаковка, экзотическое блюдо - побуждающими человека к приему пищи вне зависимости от того, голоден он или нет. Такой вид пищевого поведения встречается реже, чем ограничительное или эмоциогенное.

Как было указано ранее, пищевая зависимость занимает промежуточную позицию между химическими и нехимическими (поведенческими) зависимостями. Так, если рассматривать поведенческий фактор, то понятно, что процесс утоления голода должен носить естественный характер. В случае же с пищевой аддикцией, человек будет демонстрировать различного рода навязчивости. Это могут быть всевозможные ограничения в приеме продуктов, могущих, по мнению зависимого человека, нанести вред организму или наоборот, чрезмерное потребление продуктов, не имеющих никакой пищевой ценности. Прием пищи в данном случае будет служить средством для снятия тревоги, изменения эмоционального состояния, но не для утоления голода и насыщения организма необходимыми питательными веществами.

Такие крайности пищевого поведения, а именно отказ от еды или неконтролируемое потребление еды, "сбивают настройки" вкусовых рецепторов. И в этом случае мы можем говорить уже о химической зависимости. Приобретая искаженные пищевые привычки, человек забывает вкус "нормальных" продуктов, они могут казаться ему отвратительными, отталкивающими, невкусными. Вкусовые анализаторы не воспринимают привычные вкусы: "фрукты недостаточно сладкие, куриная грудка слишком пресная, домашний хлеб может показаться кислым и т. д." [7].

На сегодняшний день проблема, связанная с нарушением пищевого поведения, является наиболее актуальной во многих странах мира, в том числе и в России. В дальнейшем, при отсутствии мер, направленных на решение проблемы, ситуация может усугубляться. Пищевая зависимость - это подчинение еде и придание ей особой значимости в своей жизни. Такое отношение у зависимого человека проявляется дома, на работе, в обществе; в условиях стресса, в незнакомой обстановке, при общении с новыми

людьми. В любой напряженной ситуации он ориентируется на свой образ, представления о своем теле. Такое поведение не позволяет человеку свободно взаимодействовать с окружающими, что влечет за собой различные негативные последствия. А при наступлении этих последствий или даже при прогнозировании таких последствий, он стремится наказать или поощрить себя доступными средствами.

Искаженные привычки пищевого поведения негативным образом отражаются на физическом и психическом состоянии человека. Человек с пищевыми расстройствами чаще устает, испытывает слабость, подвержен быстрой утомляемости и лени, нервозен, раздражителен, проявляет жалобы на нарушения внимания и снижение памяти. Такие люди часто эмоционально нестабильны, имеют низкое чувство собственной стоимости, самокритичны, не уверены в себе и собственной социальной привлекательности, недовольны личной и семейной жизнью, к себе относятся с определенной степенью ненависти, самоедства, самобичевания.

Как говорилось ранее, основными факторами при формировании зависимости являются деструктивные принципы воспитания, семейные традиции, жестокое обращение в детстве, определенные традиции питания в семье и обществе. К этому добавляется влияние средств массовой информации. Учитывая цикличность и повторяемость при формировании привычки у отдельно взятого человека, а также повторяемость передаваемых традиций между поколениями, очевидно, что проблема может приобретать другие масштабы и стать глобальной проблемой человечества. "В суеете нашего быстро бегущего времени человек может не замечать свои иррациональные установки и жить с этим, продолжая накапливать багаж нарушений в питании" [10].

Решать эту проблему необходимо уже сегодня, приняв комплекс всевозможных мер, таких как проведение диагностических мероприятий среди населения по выявлению пищевой зависимости и предрасположенности к ней, формированию культуры потребления пищи, выстраиванию здоровой психологической обстановки в семье, образовательной организации, дружеском коллективе, формированию правильной самооценки. Необходимо задействовать усилия различных специалистов: эндокринологов, гастроэнтерологов, диетологов, нутрициологов, психологов. При этом фокус внимания направить на такие возрастные категории, как подростки, юноши и молодые люди.

Особое внимание хочется уделить причинно-следственной связи между детской привязанностью к значимому взрослому и формированию пищевой зависимости в более старшем возрасте. На сегодняшний

день этот вопрос не имеет достаточных статистических данных. Между тем, исследования среди лиц, страдающих расстройствами пищевого поведения, выявляют достаточно высокий показатель наличия травматичных семейных отношений в раннем детстве, связанных со значимым взрослым.

Авторство теории привязанности принадлежит Д. Боулби. Согласно данной теории, в раннем детстве ребенок выбирает для себя объект привязанности. Чаще всего в роли такого объекта выступает мать. Но в некоторых случаях (смерть, болезнь, длительное отсутствие матери) такую роль может взять на себя другой взрослый (возможно отец, бабушка, дедушка, приемный родитель, старший брат или сестра).

Во взаимодействии со значимым взрослым ребенок выстраивает определенную модель отношений. Она может быть четырех типов: надежная, тревожно-устойчивая, тревожно-избегающая, дезорганизованная. Отношения со значимым взрослым формируют базовое доверие к себе и окружающим. Сможет ли ребенок сформировать гармоничную модель отношений, зависит от взрослого. "Дети, находящиеся в состоянии стресса длительное время, испытывая тревогу, зачастую уже в раннем возрасте узнают, что прием пищи, особенно определенных её видов, приводит к снижению уровня тревоги и внутреннего напряжения" [9]. Ключевым здесь будет длительность проживания стресса ребенком. Постоянная тревожность становится личностной чертой и на каком-то этапе подает сигнал о необходимости потребления пищи. Такой сигнал обусловлен устранить эмоциональный дискомфорт, переживаемый в конкретный момент времени в конкретной ситуации несмотря на то, что физиологической потребности к приему пищи нет. Такой сигнал довольно быстро закрепляется в модели поведения и в дальнейшем становится триггером в неприятных ситуациях.

Впоследствии, сформированную модель он будет переносить на отношения с другими людьми. Очевидно, что люди с надежным типом привязанности будут менее всего подвержены каким-либо зависимостям. Люди с тревожно-устойчивым, тревожно-избегающим, дезорганизованным типом привязанности попадают в группу риска. В целом, установлено, что дезорганизованного типа привязанности чаще страдают булимией, люди тревожно-избегающего типа привязанности страдают анорексией.

"Нарушение пищевого поведения возникает либо как следствие преждевременного требования автономии со стороны значимой фигуры, либо как следствие равнодушно-пренебрежительного отношения к ребёнку, в результате чего последний развивает такие черты личности, как тревожность, социофобия, низкая само-

оценка, неуверенность в себе, постоянное ощущение беспомощности и страха перед будущим” [9].

В своей работе А.Н. Васичева указывает на то, что именно семья способствует появлению деструктивных установок в отношении питания. Все остальные факторы являются дополнительными провокаторами, усугубляющие состояние индивида. Автор отмечает, что на пищевое поведение человека влияет большое количество параметров: в каких условиях он принимает пищу, в каких количествах и какого качества, допускает ли отвлекающие факторы, испытывает ли необходимость в принятии пищи в стрессовых ситуациях, стремится ли к разнообразию в своем рационе, соблюдает ли питьевой режим и многие другие. В результате такого влияния формируется либо гармоничное, либо девиантное (отклоняющееся) пищевое поведение.

Важно, какое место человек отводит еде в системе личных ценностей, еда для него является больше социальным фактором или биологическим? Биологическое значение еды отражено в пирамиде потребностей А. Маслоу. Согласно данной теории прежде, чем удовлетворить свои социальные потребности, индивид должен удовлетворить физиологические потребности. В случае, если физиологические потребности игнорируются в угоду социальным, происходит нарушение. Также о нарушениях можно говорить, когда удовлетворение физиологических потребностей играет главенствующую роль и человек не развивает свои социальные навыки.

Достаточно сложно сформировать здоровое пищевое поведение, если ребенок получает неправильное воспитание от родителей. В таких семьях, как правило:

1. Пища выступает главным источником удовольствия;
2. Отсутствует адекватное обучение правильному поведению в периоды стресса, в связи с чем закрепляется неверный стереотип, что когда плохо – нужно есть;
3. Между матерью и ребенком нарушены взаимоотношения;
4. Наблюдаются травмирующие психику ребенка конфликтные ситуации в семье;
5. Воспитание строится на некорректной коммуникации (“отклоненная коммуникация”, “парадоксальная коммуникация», “замаскированная коммуникация” [3].

“Таким образом, в раннем детстве завязываются основные корни пищевой зависимости. Мы восполняем едой дефицит внимания к себе, признания в любви. Еда вырабатывает стрессоустойчивость, особенно при атаках негативных эмоций и страхов. Можно сделать вывод – что основные причины зависимостей, а также других психологических нарушений берут начало в раннем дет-

стве, особенно при общении с матерью” [5].

В современном обществе нарушенное пищевое поведение наличествует у разных возрастных групп населения. В наименьшей степени этим страдают люди старшего поколения, становление которых пришлось на советское время. Существовавшая на тот момент культура питания подразумевала строгий режим приема пищи, трехразовое питание, обязательное присутствие на столе горячего блюда, важность приема супа на обед, приготовление пищи непосредственно перед употреблением, отсутствие отвлекающих факторов (телевизор, книга). Такие привычки пищевого поведения старшее поколение сохранило и придерживалось их и дальнейшем.

Переломный момент в истории страны, случившийся в 1991 году, внес существенные коррективы в пищевом поведении населения. Появилась мода на перекусы в точках быстрого питания, фастфуд и замороженные готовые полуфабрикаты присутствуют в рационе каждый день, пища изобилует углеводами и сахарами, во время пищи многие пользуются телефоном и другими гаджетами, что мешает правильному усвоению пищи. При таких условиях человек или забывает вовремя поесть, или, отвлекаясь на гаджет, съедает больше, чем ему необходимо.

Таковыми привычками пищевого поведения обладают те, кто на момент перестройки находился в подростковом возрасте. Том возрасте, когда происходит становление личности, формируются основные поведенческие навыки, закрепляются определенные мировоззренческие взгляды на жизнь, формируются ценности, определяется векторный ориентир на жизнь. Искаженные привычки они передали своим детям. К этому добавился травматичный опыт, который они пережили в своем детстве и который негативным образом отразился на их психике. Таким образом мы видим, какой масштаб может приобрести проблема, если ей не уделять должного внимания на личностном и государственном уровне.

Проблему, связанную с нарушением пищевого поведения, в современных условиях усугубляет доступность информации, которую не всегда можно проверить. В силу своей не критичности подрастающее поколение не понимает, можно ли доверять поступившей информации или ее стоит игнорировать. Молодежь верит рекламе, верит тому, кто является авторитетом в своей среде. В этот период взросления подросток больше, чем обычно уделяет внимание своей внешности, стремится вписаться в стандарты, принятые в окружающей социальной среде. Следуя своей вере, он может подвергнуться пропаганде нездорового образа жизни, выбрать идеалы и ценности, которые пагубно отразятся на его дальнейшей судьбе. Ориентируясь на стандарты внешности, он пытается втиснуться в стройное, спортивное, часто перекрачанное тело, при этом игнорируя свои собственные

физические особенности. Пища для подростка становится инструментом наказания или поощрения в погоне за идеалом. Теряется понимание того, что прием пищи — это прежде всего удовлетворение потребности в питательных веществах, когда еда становится средством поддержания энергетического и пластического равновесия (Покровский, 1974).

Пищевая потребность в современном обществе “будучи чисто биологической по своей природе у животных, у человека предстает в более сложном виде, являясь средством:

- разрядки психоэмоционального напряжения;
- чувственного наслаждения, выступающего как самоцель;
- общения, когда еда связана с пребыванием в коллективе;
- самоутверждения, когда первостепенную роль играют представления о престижности пищи и о соответствующей «солидной» внешности;
- поддержания определенных ритуалов или привычек (религиозные, национальные, семейные традиции);
- компенсации неудовлетворенных потребностей (потребность в общении, родительской заботе и т. д.);
- награды или поощрения за счет вкусовых качеств пищи;
- удовлетворения эстетической потребности” [1].

Главенствующую роль в формировании пищевого поведения подрастающего поколения играют средства массовой информации. На телевидении, в интернете, в социальных сетях используется агрессивный маркетинг, направленный на продвижение пищевых продуктов, имеющих низкую пищевую ценность. Употребление таких продуктов вызывает внешнее стимулирование сенсорных систем, при этом, съев, казалось бы, достаточное количество еды, человек не насыщается. В тоже время СМИ предлагают нам огромное количество добавок к еде, которые помогут стать стройнее, красивее, привлекательнее. Складывается такая ситуация, когда можно позволить себе все, прием “пилюли” исправит ситуацию.

Попав в ситуацию хаотичности и неопределенности в отсутствии четких критериев нормы и патологии, молодой человек теряет, психика не выдерживает такого “натиска”, в результате чего организм отвечает различными соматическими заболеваниями. “Повышенное внимание подростка к своей внешности, болезненное отношение к любому отклонению от нормы во внешности, часто приводят к стойкому беспокойству, неуверенности в себе и даже в крайних случаях к дисморфофобии” [6].

Отечественными исследователями был проведен ряд мероприятий по определению количественного показателя лиц подросткового, юношеского возрастов и

студентов, страдающими расстройствами пищевого поведения и предрасположенных к таким расстройствам. Так, автор Л.Ю. Бухлина отмечает, что все перечисленные возрастные категории имеют выраженные отклонения пищевого поведения, причем у более старших такие отклонения выражены больше. То есть, с возрастом данный показатель растет. По типу пищевого поведения было выявлено доминирование ограничительно-го (выражающегося контролем над потреблением пищи, поддержанием различных диет) и эмоциогенного (комплексивного, протекающего на фоне негативного эмоционального состояния) пищевого поведения.

“Испытуемые подростковых групп в среднем удовлетворены своим телом, иная картина представлена в юношеской группе, где доминирует неудовлетворенность своим телом, что проявляется в искажении образа собственного тела и переживаниях по поводу своей внешности. Они склонны ощущать себя полнее, чем есть на самом деле в сравнении с подростковой группой” [2].

Подростковый возраст является наиболее важным в развитии человека. В этот период ребенок формирует свой взгляд на социум, учиться взаимодействию в большом человеческом коллективе. Формирование аддиктивного поведения происходит практически незаметно. На психику, воспитанную в семье, оказывают влияние многочисленные внешние факторы, провоцирующие кризисные состояния. Такими факторами выступают конкуренция среди сверстников, отсутствие чувства значимости, непонимание окружающих и подобные. Ребенок стремится как-то соглашаться или противодействовать этим факторам, накапливает определенные личностные черты. “Сначала это происходит безобидно с целью удовлетворения потребностей, которое постепенно переходит в нарастающее поведение, не контролируемое личностью, а затем уже происходит формирование аддиктивного поведения” [4].

Очень важно вовремя отследить проявления аддиктивного поведения и принять соответствующие корректирующие меры. Также важно проведение профилактических мероприятий, предупреждающих формированию аддиктивного поведения. И проводить такие мероприятия следует уже в младшем школьном возрасте.

У старших школьников в связи с обусловленностью психологических особенностей данного периода развития аддиктивное поведение принимает несколько иную форму, нежели у подростков. В этом возрасте на передний план выходит становление ценностно-смысловой сферы и личностное самоопределение. В сознании у ребенка закрепляется накопленный жизненный опыт и выработанные паттерны поведения на предлагаемые жизненные ситуации. В этом возрасте все негативные

симптомы, присущие зависимости, в том числе пищевой, могут проявиться в полной мере.

Дальнейшие исследования, проведенные среди студенческой молодежи, показали, что представители этой группы кроме пищевой зависимости могут быть подвержены и другим видам зависимостей, таких как игровая, любовная. Кроме того, поведенческие зависимости могут перетекать в химические: табачную, алкогольную, наркотическую. «Также у значительной части студентов выявлена склонность к зависимости от здорового образа жизни» [8].

«Склонность к разного рода зависимостям у молодых людей - это социальная проблема всего общества в целом, необходимость решения которой обусловлена особенностью о будущем человечества» [12].

В силу того, что женская половина общества по природе своей более эмоциональна, более ранима, любые жизненные потрясения и кризисы девушки переживают значительно тяжелее. В связи с этим, у них чаще проявляются различного рода аддиктивные нарушения, в том числе и пищевые. «Заедание психически нестабильных состояний, таких как депрессия, страх, вызывает зависимость, когда еда воспринимается мнимой защитой, в результате чего теряется контроль над употреблением пищи и, как следствие, происходит переедание или недоедание» [12].

Неурядицы в личной жизни, неумение построить коммуникацию с противоположным полом, недовольство образом собственного тела приводит к желанию заглушить душевную боль, забыть, «залечить» раны, а для этого нужно что-то съесть. Таким образом, еда помогает женщине забыться, погрузиться в мир мнимых удовольствий. И чем дольше человек находится под влиянием зависимости, тем сложнее ему будет в дальнейшем избавиться от этого.

Подводя итоги, хочется процитировать А. Маслоу: «Если человеку нечего есть и если ему при этом не хватает любви и уважения, то все-таки в первую очередь он будет стремиться утолить свой физический голод, а не эмоциональный». Действительно, приведенные в статье примеры показали, что люди, страдающие от нехватки внимания близких людей и окружающих, стараются «заесть» душевную пустоту.

Проблема пищевой зависимости является глобальной проблемой общества, которую необходимо решать как на личностном уровне, так и на уровне государства. Помимо медикаментозного лечения человеку должна быть доступна информационная поддержка, пропагандирующая здоровый образ жизни, а также консультационная психологическая поддержка.

Информирование населения в первую очередь должно быть направлено на такие возрастные группы, как младший школьный, подростковый, юношеский возраст, молодежь. Наиболее эффективно информационные и воспитательные мероприятия проводить в государственных, а также частных образовательных организациях (школах, колледжах, ВУЗах), в социальных организациях.

Программа профилактических мер может включать следующие пункты:

1. предоставление подросткам информации о связи сбалансированного питания с благополучием жизни, гармонии с собой и миром;
2. осознание личной ответственности за свою жизнь и здоровье;
3. усиление мотивации к здоровому образу жизни (рациональное питание, занятие физкультурой и спортом, соблюдение режима труда и отдыха, самоограничения);
4. развитие и активизация личностных волевых качеств;
5. развитие рефлексии на свои эмоции (раннее распознавание своих эмоций);
6. организацию занятий по развитию самовыражения, альтернативные виды деятельности, подразумевающие самореализацию в различных общественных сферах, способствующих росту самооценки подростков [1].

Работа психолога с зависимым человеком строится на более глубоком личностном уровне. Возможна как индивидуальная, так и групповая проработка проблемы. Работе с пищевой зависимостью осложняется тем, что на прием к психологу чаще всего обращаются люди с третьей стадией зависимости, когда они не могут самостоятельно совладать с выработанными годами привычками и уже приобрели выраженные соматические проблемы. Психологическую проработку с пищевыми зависимыми стоит строить из того, в чем клиент находится сейчас, какие чувства и переживания его беспокоят. Придерживаться следует примерно следующего плана:

- углубление в проблему;
- создание мотивации;
- формирование контракта;
- построение стратегии работы;
- проработка проблемы с помощью определенных техник;
- изменение привычек;
- закрепление навыков.

Очень эффективны при пищевой зависимости такие методы, как дневники зависимости, регрессивные техники, проективные техники, техники на проживание опыта [11].



## ЛИТЕРАТУРА

1. Бесараб, В.В. Виды нарушений пищевого поведения у подростков / В.В. Бесараб // Аллея науки. – 2021. – Т. 1, № 6(57). – С. 100-106. – EDN UEDEPU.
2. Бухлина, Л.Ю. Особенности физического «я» у учащихся с отклонениями пищевого поведения / Л.Ю. Бухлина, К.А. Шарина // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2022. – № 8. – С. 31-37. – DOI 10.37882/2500-3682.2022.08.01. – EDN VDUEMN.
3. Васичева, А.Н. Нарушения внутрисемейной коммуникации как причина возникновения пищевых зависимостей / А.Н. Васичева, М.А. Мартынова // Человек и язык в коммуникативном пространстве: сборник научных статей. – 2020. – № 11(20). – С. 126-129. – EDN CHULWL.
4. Гаврильева, О.Н. Особенности проявления аддиктивного поведения у современных школьников / О.Н. Гаврильева, Ф.И. Алексеева // Наукосфера. – 2023. – № 4-2. – С. 161-167. – EDN GRHZLF.
5. Гугуева, Ю.В. Нарушение пищевого поведения. Психология пищевой зависимости / Ю.В. Гугуева // Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию. – 2019. – Т. 5, № 2. – С. 361-365. – EDN GGDATO.
6. Иванов, Д.В. Образ тела у подростков с нарушениями пищевого поведения / Д.В. Иванов, А.А. Хохрина // Вестник университета. – 2019. – № 6. – С. 198-204. – DOI 10.26425/1816-4277-2019-6-198-204. – EDN DMWJRZ.
7. Кожухова, О.А. Причины зависимого поведения (на примере пищевой зависимости) / О.А. Кожухова // Актуальные проблемы педагогики и психологии (Самара). – 2022. – № 1(3). – С. 16-19. – DOI 10.55000/APPiP.2022.68.79.003. – EDN SBMWJQ.
8. Кувшинникова, М.Б. Социально-психологические факторы риска зависимого поведения у студентов / М.Б. Кувшинникова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 8(222). – С. 411-416. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p411-416. – EDN UAXAJQ.
9. Лаврова, Н.А. Взаимосвязь между типом привязанности и нарушением пищевого поведения / Н.А. Лаврова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2021. – № 1. – С. 32-46. – DOI 10.18384/2310-7235-2021-1-32-46. – EDN DXQGF1.
10. Левада, А.В. Нарушение пищевого поведения, как проблема человека XXI века / А.В. Левада // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2022. – № 3. – С. 71-73. – DOI 10.37882/2500-3682.2022.03.14. – EDN SDQQXI.
11. Шадрина, М.В. Применение гештальт-подхода в практике психолога при работе с зависимостями / М.В. Шадрина // Молодой ученый. – 2022. – № 45(440). – С. 345-355. – EDN GNNZJE.
12. Шаломова, Е.В. Пищевые зависимости в молодежной среде / Е.В. Шаломова // Перспективы науки. – 2023. – № 5(164). – С. 255-257. – EDN QZJFFL.

© Шадрина Мира Валентиновна (iriko1@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# АНАЛИЗ ПРИЗНАКОВ И ФАКТОРОВ ДЕЗАДАПТАЦИИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ

## ANALYSIS OF SIGNS AND FACTORS OF DISADAPTATION PSYCHOPHYSIOLOGICAL STATE OF STUDENTS

*T. Yadrishenskaya*

*Summary:* The article analyzes the signs of the psychophysiological state of students according to the index of nonspecific symptoms over several years. It has been shown that the main symptoms that have a negative contribution to the state of disadaptation are headache and dizziness. The most common symptoms of disadaptation among responding students are sleep disturbance, irritability and anxiety. It has been established that the general state of disadaptation and its individual signs are associated with the influence of mental stress, visual fatigue, and personal anxiety of the responding students.

*Keywords:* functional psychophysiological state, signs and factors of disadaptation, index of nonspecific symptoms, correlation relationships.

**Ядрищенская Татьяна Васильевна**

*К.б.н., доцент, Тихоокеанский государственный университет, (г. Хабаровск)  
tagir.on-line@mail.ru*

*Аннотация:* В статье проанализированы признаки психофизиологического состояния студентов по индексу неспецифических симптомов за несколько лет. Показано, что основными симптомами, оказывающими негативный вклад в состояние дезадаптации, являются головная боль и головокружение. Наиболее часто встречаемые симптомы дезадаптации у респондируемых обучающихся – нарушение сна, раздражительность и тревожность. Установлено, что общее состояние дезадаптации, отдельные его признаки связаны с влиянием умственной нагрузки, зрительным переутомлением, личностной тревожностью респондируемых студентов.

*Ключевые слова:* функциональное психофизиологическое состояние, признаки и факторы дезадаптации, индекс неспецифических симптомов, корреляционные отношения.

### Введение

Понятие «функциональное состояние» (ФС) достаточно многозначное. С позиций системного подхода функциональное состояние, психофизиологическое состояние, – это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата [2]. Согласно адаптационного подхода ФС – это интегральная характеристика напряжения адаптационных механизмов организма. «Состояние целостного организма как результат деятельности функциональной системы определяется оптимальностью управляющих воздействий, их способностью обеспечить уравновешенность организма со средой и его адаптацию к условиям существования. Адаптационно-приспособительная деятельность требует затрат энергии и информации, в связи с чем можно говорить о «цене» адаптации, которая определяется степенью напряжения регуляторных механизмов и величиной израсходованных функциональных резервов» [1, с.4].

Авторы выделяют следующие виды ФС: состояние физиологической нормы; донозологическое состояние, которое характеризуется выраженным функциональным напряжением; преморбидное состояние с резко выраженным перенапряжением регуляторных механизмов и состояние срыва адаптации [1].

Напряженный режим дня, большой объем информационных нагрузок в условиях дефицита времени, не-

рациональное питание, низкий уровень двигательной активности, высокий уровень нервно-психического напряжения, нарушения ритмов сна, отдельные факторы неблагополучия в социальной среде, распространение в студенческой среде курения – все эти негативные факторы в значительной степени способствуют ухудшению функционального психофизиологического состояния обучающихся, способствуют его переходу из состояния нормальной адаптации в состояние дезадаптации, с напряжением в работе регуляторных механизмов, а, в дальнейшем, и в срыв адаптации, болезнь.

Целью нашего исследования явилось выявление наиболее выраженных показателей дезадаптации функционального психофизиологического состояния студентов; их взаимосвязь с некоторыми средовыми и личностными факторами.

### Материалы и методы исследования

Оценка функционального состояния студентов (адаптации или дезадаптации) проводилась с использованием методики «Индекс неспецифических симптомов» (ИНС), разработанной Сорокиным Г.А. [4]. Неспецифическими симптомами дезадаптации, согласно этой методике, являются головная боль, головокружение, неприятные ощущения в области сердца, нарушения сна, снижение аппетита, раздражительность, тревожность. Нормальное функциональное состояние адаптации наблюдается, если суммарный показатель ИНС, высчитанный по формуле,

менее 24 баллов; состояние дезадаптации проявляется, если показатель ИНС более или равен 24 баллам. С целью выявления некоторых факторов, влияющих на психофизическое состояние, нами были использованы опросники «Факторы нарушения зрения» и «Оценка функционального состояния и ноцицептивные ощущения» [3, 5]. Исследование проводилось с 2005 по 2022 годы выборочно, среди студентов очного отделения 1-5 курсов (возраст 18-25 лет) разных специальностей и направлений. Всего в исследовании приняли участие 317 студентов Дальневосточного государственного гуманитарного университета (2001–2008 гг.) и 188 студентов Тихоокеанского государственного университета (2018, 2022 гг.). Результаты исследования были обработаны с помощью пакета статистических программ М. Excel и проанализированы с использованием коэффициента корреляции с определением уровня значимости по Р.А. Фишеру и регрессионного анализа.

### Результаты исследования и обсуждение

Определение суммарного значения индекса неспецифических симптомов у студентов в разные годы, начиная с 2005 г. по 2022 г. показало, что количество студентов, находящихся в состоянии психофизического напряжения, дезадаптации, достаточно высоко, в среднем – 38 % (рисунок 1). Полученные результаты говорят о том, что комплексное воздействие средовых и личностных факторов, таких как нерациональное питание, несоблюдение правил режим труда и отдыха, состояние здоровья обучающихся, необходимость совмещать работу и учебу, стремление соответствовать высоким академическим требованиям, возрастные и личностные кризисы, изменения социальной среды, оказывают ощутимое влияние на организм, адаптационные ресурсы которого не «выдерживают» нагрузки, что приводит вначале к появлению и учащению неспецифических симптомов дезадаптации, а затем и к развитию заболеваний. (Рис. 1.)

Необходимо отметить, что процентное количество группы респондентов в состоянии нормальной адаптации

в 2005 году было наиболее оптимистичным в сравнении с 2022 г. (рисунок 1). Причинами снижения количества относительно здоровых респондируемых студентов в 2022 г. могут являться различные обстоятельства, такие как выход на полный очный формат обучения после дистанционного, повышенная учебная нагрузка, особенности состояния здоровья респондируемой выборки студентов, постэпидемические факторы воздействия на организм, достаточно высокая степень социальной напряженности и т.д.

Наибольшая степень выраженности по изучаемым симптомам дезадаптации у респондируемой группы студентов в 2022 г. проявляется для показателей нарушения сна – 51,6 % (признак проявляется у них чаще, чем два раза в неделю); тревожности – у 50,7 % обследованных студентов и раздражительности – 48,6 % студентов [6].

Регрессионный анализ, проводимый по симптомам неспецифической дезадаптации (ИНС) показывает, что наиболее существенный вклад в ухудшение функционального состояния студентов по суммарному значению ИНС (независимая переменная) оказывают такие признаки (зависимые переменные) как головная боль и головокружение [6]. Необходимо отметить, что головокружение – достаточно серьезный симптом, который требует срочной консультации у врача-специалиста для выявления причины его возникновения и устранения.

Причины возникновения головных болей могут быть различными. Опрос студентов по этому признаку показывает, что среди основных причин называются состояние голода, душное помещение, переутомление и реакция на изменения погоды. Некоторые студенты в ответах на вопросы отмечают наличие признаков вегетососудистой дистонии, недосыпание и последствия черепно-мозговых травм [3]. Кроме того, в наших исследованиях было показано влияние личностной тревожности на частоту возникновения головных болей [3].

В связи со значительной нагрузкой на зрительную

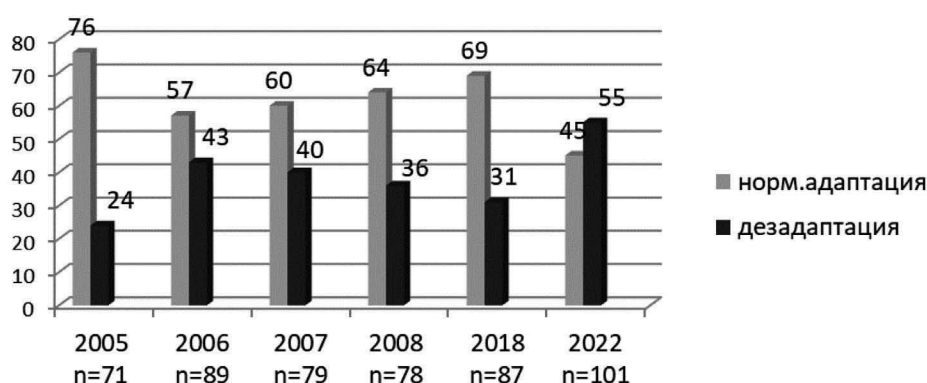


Рис.1. Процентное соотношение групп студентов в состоянии нормальной адаптации и дезадаптации по годам проведения обследования

сенсорную систему в условиях цифровизации, нерегулируемого использования молодежью гаджетов, мы включили в субъективную оценку функционального состояния студентов вопросы, касающиеся факторов негативного воздействия на зрительный анализатор. Анализ результатов исследования показал наличие достоверных корреляционных связей между суммарным значением индекса неспецифических симптомов и различными признаками утомления, вызванного умственной работой и зрительной нагрузкой [5]. Ухудшение психофизического состояния студентов проявляется возникновением болевых ощущений, вызванных гиподинамией, неправильной статической позой тела во время работы за компьютером, смартфоном, а также зрительным переутомлением – астенопией (таблица 1) [5].

Таблица 1.  
Значение коэффициента корреляции между ИНС и факторами нарушения зрения.

Показатели корреляционных диад	Коэффициент корреляции
Индекс неспецифических симптомов – астенопия	$r = 0,481^*$
Индекс неспецифических симптомов – головная боль, боли в шее и пояснице, вызванные умственной работой и зрительной нагрузкой	$r = 0,256^*$
Индекс неспецифических симптомов – расстояние от глаз до монитора компьютера	$r = 0,290^*$
Головная боль – расстояние до экрана телефона	$r = -0,515^*$
Тревожность – использование телефона во время засыпания и пробуждения	$r = 0,570^*$
Снижение аппетита – использование телефона во время засыпания и пробуждения	$r = 0,427^*$

Примечание – знаком «\*» обозначены достоверный уровень значимости коэффициента при  $p < 0,05$ ,  $n = 87$

Как видно из таблицы 1 симптомы повышения тревожности и снижение аппетита имеют связь с постоянной потребностью студентов использовать телефон, даже при засыпании и сразу после пробуждения, что в определенной степени характеризует наличие у студентов признаков зависимого поведения.

### Заключение

Результаты нашего исследования в течение нескольких лет показывают, что более 1/3 обследованных студентов находятся в состоянии дезадаптации, напряжения компенсаторно-приспособительных механизмов. Ведущими симптомами, оказывающими негативный вклад в это состояние по регрессионному анализу, являются головная боль и головокружение. Наиболее часто встречаемые симптомы дезадаптации у респондируемых обучающихся – это нарушение сна, раздражительность и тревожность.

«Необходимость системного подхода при изучении психических, или психофизиологических, состояний человека обусловлена тем, что любое подобное состояние человека — это реакция не только психики, но и всего организма и личности в целом, с включением в реагирование как физиологических, так и психических уровней (субсистем)» [2, с.23].

Регуляция уровней функционального состояния человека, следовательно, его здоровья, предполагает формирование комплексных подходов к воздействию на организм как через внешнюю оптимизацию и регламентацию влияния определенных факторов среды, так и через внутреннюю гармонизацию личности, повышение ее стрессоустойчивости.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Баевский Р.М. Оценка адаптационных возможностей организма и риска заболеваний / Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – Москва: Медицина, 1997. – 234 с.
2. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2005 – 412 с.
3. Куршева, Ю.В. изучение влияния ноцицептивных ощущений на функциональное состояние школьников и студентов / Ю.В. Куршева, Т.В. Ядрищенская // Материалы секционных заседаний 59-й студенческой научно-практической конференции ТОГУ: В 2-х томах, Хабаровск, 27 мая 2019 года / Ответственный редактор И.Н. Пугачев. Том 2. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2019. – С. 223–227.
4. Сорокин Г.А. Индекс хронического перенапряжения / Г.А. Сорокин // Медицина труда и промышленная экология. – 1998. – № 4 – С. 13–19.
5. Ядрищенская, Т.В. Исследование факторов нарушения зрения у студентов ТОГУ / Т.В. Ядрищенская, Е.Н. Серпокрылова // Охрана здоровья населения Дальнего Востока: векторы развития: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 19 апреля 2019 года / Отв. ред. И.А. Гареева. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2019. – С. 146–150.
6. Ядрищенская, Т.В. Корреляционные отношения показателей функционального состояния организма у студентов Тихоокеанского государственного университета / Т.В. Ядрищенская, В.А. Чижова // Актуальные вопросы и перспективы физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности: Сборник научных трудов по материалам Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 29–30 марта 2023 года / Под редакцией Р.С. Ткача, Е.Н. Ткач. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2023. – С. 240–244.

© Ядрищенская Татьяна Васильевна (tagir.on-line@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

# ЦЕННОСТНЫЕ УСТАНОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЙ АНАЛИЗ

**Кароннова Анна Леонидовна**

Соискатель, ФГБОУ ВО Алтайский государственный педагогический университет (г. Барнаул)  
anna.starowoitowa@yandex.ru

## THE VALUES OF POLICE OFFICERS IN THEIR PROFESSIONAL ACTIVITIES: A SOCIO-PHILOSOPHICAL ANALYSIS

**A. Karonnova**

**Summary:** The article analyzes the concept and essence of values from the standpoint of axiological theories. The role of values for police officers in the performance of official duties is defined. The influence of values on the development of police officers as individuals on the one hand and as citizens with special social status and special working conditions on the other is considered. The national security strategy is analyzed from the point of view of legislating the directions of action of the law enforcement system for a long period of time, in which the preservation of values is one of the priorities.

**Keywords:** value, culture, social guidelines, police officers, National security strategy.

**Аннотация:** В статье проанализированы понятие и сущность ценностей с позиций аксиологических теорий. Определена роль ценностей для сотрудников полиции при выполнении служебных обязанностей. Рассматривается влияние ценностных установок на развитие сотрудников полиции как личностей с одной стороны и как на граждан с особым социальным статусом и особыми условиями труда с другой. Стратегия национальной безопасности проанализирована с точки зрения законодательного закрепления направленных действий системы правоохранительных органов на длительный период времени, в котором сохранение ценностей является одним из приоритетных направлений.

**Ключевые слова:** ценность, культура, социальные ориентиры сотрудники полиции, Стратегия национальной безопасности.

Перед современным правовым государством, выступающим центром социальной жизни, первоочередным стоит обязательство обеспечения сохранности и безопасности жизни людей, проживающих на его территории. Оно обязуется признавать, соблюдать и защищать права и свободы человека и гражданина. В нашей стране указанные положения реализуются в рамках Стратегии национальной безопасности, принятой Президентом РФ в 2021 году и носящей долгосрочный характер. В данном документе отражены цели, задачи и направления деятельности системы правоохранительных органов, в том числе полиции. Законодательным основанием для указанного документа выступают Конституция РФ и другие федеральные законы в области национальной безопасности. В основном законе государства закреплены фундаментальные ценности и принципы, формирующие основы российского общества, безопасность страны и определяющие её дальнейшее развитие. Стратегия национальной безопасности содержит перечень важнейших приоритетов в развитии российского общества. Важнейшими из них, на наш взгляд, являются соблюдение народа России, развитие человеческого потенциала, оборона страны, государственная, общественная, информационная и экономическая безопасность, научно-технологическое развитие, защита традиционных

духовно-нравственных ценностей общества, его культуры и исторической памяти<sup>1</sup>. Правоохранительная деятельность полиции занимает в Стратегии особое место, ведь этот правоохранительный орган является одним из мощных регуляторов общественной жизни. Сотрудники полиции, являясь представителями государственной власти, обладают властными и силовыми полномочиями. Но при этом они сталкиваются с повышенными требованиями со стороны общества к своей деятельности по осуществлению внутренней безопасности страны. Полицейские занимают положение граждан с особыми условиями труда, имеющиеся ценностные установки играют важную роль в становлении сотрудников полиции как профессионалов и личностей, имеющих особый социальный статус.

При трансформации социальных институтов огромное влияние оказывается на культуру, это выражается в появлении новых, современных ценностей, которые должны сочетаться с традиционными, базисными, универсальными категориями. Корпоративные ценности специалистов, способных решать профессиональные задачи в ситуациях повышенной ответственности, также подвергаются изменению. К данной категории, безусловно, можно отнести сотрудников полиции.

<sup>1</sup> Указ Президента РФ от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»//consultant.ru (электронный ресурс).

Определением сущности и места ценностей в обществе занимается наука аксиология. Философская теория рассматривает понятие ценностей с различных методологических позиций. Таковыми являются натуралистический психологизм, аксиологический трансцендентализм, персоналистическая онтология и социологизм. Каждое из направлений имеет своих основателей, последователей и базисные черты, которые выделяют теория в представленном выше ряду.

Для натуралистического психологизма под ценностью понимается всё то, что способствует эффективному существованию человеческой единицы как биопсихологического существа. Для Р.Б. Перри, одного из ключевых представителей указанного аксиологического подхода, ценностью является знание, в котором разрозненные стороны человеческого бытия (такие как этика, политика, юриспруденция, экономика, эстетика, философия и религия) объединяются и находят свое место в существующей действительности<sup>2</sup>. Человек в понимании Р.Б. Перри является высшей ценностью и субъектом эволюции, в котором доминирует эмоционально-волевое и биологическое развитие (чем и обосновывается двойственность указанного подхода). Человеческий интерес, в указанной интерпретации, выступает причиной интеграции и дифференциации соответствующих ценностей и составляет их основу. В тоже время при оценке указанного подхода следует учитывать мнение С. Поппера, который утверждал, что Р.Б. Перри игнорировал конкретно-исторический подход в установлении общечеловеческих ценностей, объявляя любой социальный интерес источником ценности без учета его направленности<sup>3</sup>.

Неокантианский подход в лице В. Виндельбанда изучал природу ценности с позиции аксиологического трансцендентализма и ставил в зависимость друг от друга понятия «философия» и «ценность». В этом понимании философия выступает как наука о ценностях. Для В. Виндельбанда ценность является единичным фактом, она освобождается от субъективной нагрузки и выражает мнение отдельного человека. Ценность выполняет функцию социального правила и нормы регулирования общественного сознания. В основе общественных конфликтов, по мнению В. Виндельбанда, лежит противоречие между индивидуализмом и общественными требованиями, несовпадающими с нормами существующего бытия. Решение конфликтов в данном подходе видится в признании и принятии «вечных ценностей», которые

имеют абсолютное значение, не зависящее от результатов исторического развития и влияющее на эмоциональную и практическую деятельность человека<sup>4</sup>.

Последователь В. Виндельбанда Г. Рикерт рассматривал ценности как самостоятельную сферу и выделил три их типа с точки зрения превращения индивидом предмета в благо. Он определял блага настоящего, осуществляемые в контексте «частичности», блага будущего, которые реализуют блага в контексте «бесконечно целого», а также блага вечности, осуществление которых происходит в результате синтеза двух предыдущих групп<sup>5</sup>. Это позволяет рассмотреть в данном подходе платоновские традиционные объективно-идеалистические идеи.

«Феноменологическая аксиология», изучая ценности с позиций персоналистической онтологии, обосновывает идею зависимости ценности от чувственной природы человека. Автором данного подхода является М. Шелер, который обосновывал объективистский характер ценностей, указывая, что их нельзя относить к субъективным интересам личности. В его трудах выстраивается ценностная классификация в виде ценностей приятного и неприятного, ценности витального чувствования и духовные ценности<sup>6</sup>. Таким образом, несмотря на пересечение взглядов М. Шелера с концепцией натуралистического психологизма, в них установлен факт независимости ценности от субъекта.

В. Дильтей, изучив природу ценностей в рамках культурно-исторического релятивизма, вывел теорию множественности ценностных систем. Основанием данного выделения является относительность исторических явлений. По мнению В. Дильтея, в процессе замены религиозного и метафизического обоснования ценностей историко-контекстуальным анализом ценности и нормы не претендуют на общезначимость и универсальность. Ценностные ориентиры утрачивают свою значимость в результате столкновения историзма и универсализма. Эти положения обогатили философский арсенал новыми теориями истолкования ценностного смысла культур (А. Тойнби, О. Шпенглер), с отсутствием общей системы ценностей универсальной и всеобъемлющей<sup>7</sup>.

Социологизм определяет ценности как норму, закономерность со значимостью в историческом пространстве. Для М. Вебера ведущей является идея о влиянии ценностей на характер развития культуры общества

2 Соколов Э.В. Основные идеи общей теории ценностей Р.Б. Перри // Проблема ценности в философии. М.; Л.: Наука, 1966. С. 155-170.  
 3 Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.  
 4 Рудельсон Е.А. Неокантианское учение о ценностях (Фрейбургская школа) // Проблема ценности в философии. М.: Наука, 1966. С. 128-144.  
 5 Там же.  
 6 Чухина Л.А. Феноменологическая аксиология М. Шелера // Проблема ценности в философии. М.: 1966. С. 181-193.  
 7 Сапрыкин В.А. Ценности социализма. Суровая диалектика формационно-цивилизационной смены и приемственности системы общественных ценностей. М. 2014. 693 с.

и динамику общественных интересов<sup>8</sup>. В своих трудах М. Вебер, относя систему ценностей к поведенческим стереотипам людей, вырабатывает концепцию «идеальных типов» - модель того, что полезно для человека в рамках интересов эпохи. В качестве идеальных типов выступают религиозные, моральные ценности и социальное действие. Последнее, в русле его концепции, должно быть осознанным и осмысленным. Социальное действие формирует цель, определяющую поведение человека. Любое действие индивида не может находиться вне ценностного поля, при этом действие является результатом самоопределения человека. Это обосновывает мысль о том, что социальное действие составляет предмет социализации.

Таким образом, социально-философское понимание ценности довольно многогранно и включает различные подходы к трактовке (психологическую, аксиологическую, онтологическую и социологическую). При этом следует отметить тесную связь ценностей с культурой: ценности не только входят в ее состав, но и оказывают влияние на общее развитие общества.

Ценности для сотрудников полиции выступают социальными ориентирами, которые составляют основу их мировоззрения и правосознания. Они позволяют быстро принимать взвешенные рациональные решения в сложных ситуациях, связанных с разными формами реального насилия, вызванного противоправными действиями сограждан, иностранных граждан и лиц без гражданства. Ценностные установки помогают

сотрудникам полиции длительное время качественно и эффективно осуществлять профессиональную деятельность в условиях повышенной личной и служебной ответственности за принятые решения, интенсивного межличностного общения с асоциальными и криминальными элементами общества, постоянной интеллектуальной активности, требующей постоянного совершенствования. Сотрудники, опирающиеся на систему ценностей, для качественного исполнения служебных обязанностей должны стремиться к самосовершенствованию и самообразованию, поиску и применению нестандартных методов работы. Это связано с тем, что усложнение общественных отношений, массовое внедрение Интернет-технологий, изменение характера правонарушений и преступлений требует от сотрудников полиции наличие новых профессиональных компетенций. Снижение же роли ценностных установок приводит к росту нигилизма и профессиональной деформации полицейских как личности, расшатыванию устоев правосознания, позволяет сотрудникам пренебречь положениями законов, место социально значимых положений начинают занимать цели, направленные на извлечение личной выгоды. Профессиональная деятельность в условиях обесценивания социальных ориентиров сводится к формализму, снижается ее эффективность и качество. Происходит понижение внутриведомственного престижа правоохранительной деятельности, что вызывает у сотрудников внутреннее ощущение потери смысла и социальной значимости своей работы и в итоге сказывается на дальнейшем прохождении службы.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Указ Президента РФ от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»// consultant.ru (дата обращения 06.12.2023).
2. Соколов Э.В. Основные идеи общей теории ценностей Р.Б. Перри // Проблема ценности в философии. М.; Л.: Наука, 1966. С. 155-170.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.
4. Рудельсон Е.А. Неокантианское учение о ценностях (Фрейбургская школа)// Проблема ценности в философии. М.: Наука, 1966. С. 128-144.
5. Чухина Л.А. Феноменологическая аксиология М. Шелера // Проблема ценности в философии. М.: 1966. С. 181-193.
6. Сапрыкин В.А. Ценности социализма. Суrowая диалектика формационно-цивилизационной смены и приемственности системы общественных ценностей. М. 2014. 693 с.
7. Баева Л.В. Ценности изменяющегося мира: экзистенциальная аксиология истории. Монография. Астрахань. Издательство Астраханского государственного университета, 2004. 275 с.

© Кароннова Анна Леонидовна (anna.starowoitowa@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

<sup>8</sup> Баева Л.В. Ценности изменяющегося мира: экзистенциальная аксиология истории. Монография. Астрахань. Издательство Астраханского государственного университета, 2004. 275 с.

# САМООРГАНИЗУЮЩИЕСЯ И САМОРАЗВИВАЮЩИЕСЯ СИСТЕМЫ В КОНТЕКСТЕ ПОСТНЕКЛАССИЧЕСКОЙ ПАРАДИГМЫ

**Скопа Виталий Александрович**

*Доктор исторических наук, профессор, член-корреспондент российской академии естествознания, Алтайский государственный педагогический университет (г. Барнаул)  
sverhtitan@rambler.ru*

## SELF-ORGANIZING AND SELF-DEVELOPING SYSTEMS IN THE CONTEXT OF THE POST-NON-CLASSICAL PARADIGM

**V. Skopa**

**Summary:** Post-non-classical science proceeds from the fact that most systems existing in nature are of an open type. There is a constant exchange of energy, matter, information between them and they are characterized by constant variability. Self-organization processes leading to the emergence of new space-time structures in highly nonequilibrium states are the object of study in the interdisciplinary field of modern scientific knowledge, and can be represented by such conceptual structures as synergetics, the theory of dissipative structures, and the theory of dynamic chaos. In the scientific concepts of modern science, complex self-organizing and self-developing systems occupy the place of the main object of research. These systems, which are based on general laws, arouse interest in various fields of scientific knowledge, the objects of study of which are complex systems far from a state of equilibrium with nonlinear processes occurring in them. The methodology of nonlinear synthesis, based on the scientific principles of evolution and co-evolution of complex structures of the world, can form the basis for designing various paths for humanity into the future.

**Keywords:** post-non-classical paradigm, philosophy of science, synergetics, self-developing system, cognition.

**Аннотация:** Постнеклассическая наука исходит из того, что большинство систем, существующих в природе открытого типа. Между ними постоянно происходит обмен энергией, веществом, информацией и для них характерна постоянная изменчивость. Процессы самоорганизации, приводящие к возникновению новых пространственно-временных структур в сильнонеравновесных состояниях, выступают объектом исследования междисциплинарной области современного научного познания, и могут быть представлены такими концептуальными структурами как синергетика, теория диссипативных структур, теория динамического хаоса. В научных концепциях современной науки сложные самоорганизующиеся и саморазвивающиеся системы занимают место главного объекта исследования. Эти системы, имеющие в своей основе общие закономерности, вызывают интерес в различных областях научного познания, объектами изучения которых становятся сложные системы далеко от состояния равновесия с нелинейно протекающими в них процессами. Методология нелинейного синтеза фундированная на научных принципах эволюции и коэволюции сложных структур мира может лечь в основу проектирования различных путей человечества в будущее.

**Ключевые слова:** постнеклассическая парадигма, философия науки, синергетика, саморазвивающаяся система, познание.

**Д**о настоящего времени оставались непонятными те законы, благодаря которым неживые, простые вещества смогли организовать в сложные по своей структуре органические молекулы живых тканей, положить начало жизни на нашей планете. Одна из фундаментальных проблем, из которых выросла наука о самоорганизации – задача доказательства возможности возникновения сложного поведения неживой материи [1].

Познавательный инстинкт глубоко укоренен в человеческой природе. Человеку свойственно перманентное стремление превзойти самого себя. Он страстно желает увидеть свое будущее, представить себе перспективы человеческого рода, цивилизационной траектории.

Процессы самоорганизации, приводящие к возникновению новых пространственно-временных структур в сильнонеравновесных состояниях, выступают объек-

том исследования междисциплинарной области современного научного познания, и могут быть представлены такими концептуальными структурами как синергетика, теория диссипативных структур, теория динамического хаоса и другие [2, 3, 4, 9]. Исследования явлений самоорганизации в открытых неравновесных системах обнаружили процессуальные закономерности возникновения новых структур, как результат взаимодействия определенных механизмов, что привело к гносеологическому выводу о необходимости поиска единого подхода к самоорганизующимся процессам [12].

Классическое и неклассическое точное естествознание имеют общий предмет познания – это простые замкнутые, изолированные, обратные во времени системы. Однако подавляющее большинство реальных систем открыто. Это означает, что они обмениваются энергией, веществом и информацией с окружающей средой. К такого



рода системам относятся биологические и социальные системы, наиболее интересующие человека.

В 70-е гг. XX века начали активно развиваться теории самоорганизующихся сложных систем. Результаты исследований в области нелинейного математического моделирования сложных открытых систем привели к возникновению нового мощного научного направления в современном естествознании синергетики. В отличие от кибернетики, где акцент делается на процессах управления и обменом информацией – саморегулируемые системы, синергетика ориентирована на исследование принципов построения организации, ее спонтанного возникновения, развития и самоусложнения: саморазвивающиеся и самоорганизующиеся системы [4, 11]. Системно и логично В.С. Степин проанализировал взаимосвязь таких систем и показал их важность для постнеклассической науки: саморегулируемые системы характеризуются воспроизведением системы, обеспечивающей сохранение набора системных параметров гарантируя при этом целостность системы [12]. Саморазвивающиеся системы являются сложным типом системных объектов, характеризующихся развитием, в ходе которого происходит переход от одного вида саморегуляции к другому. Такие системы открыты и характер этой открытости изменяется с изменением типа самоорганизации, что представляет собой ничто иное как качественную трансформацию системы, адаптирующей к окружающей среде.

Значительную роль в становлении и внедрении концепций самоорганизации и саморазвития сыграли исследования таких ученых как: И. Пригожин, И. Стенгерс, С.П. Курдюмова, Г. Хакена [10,13]. Отдельная заслуга принадлежит философам И.С. Добронравовой, В.С. Степину [4, 7, 8]. Именно концептуальные идеи данных исследователей являются базисом в изучении заявленной проблемы.

В научных концепциях современной науки сложные самоорганизующиеся и саморазвивающиеся системы занимают место главного объекта исследования. Эти системы, имеющие в своей основе общие закономерности, вызывают интерес в различных областях научного познания, объектами изучения которых становятся сложные системы далеко от состояния равновесия с нелинейно протекающими в них процессами. Особенностью данных процессов является их эволюционный характер с необратимыми последствиями. Поэтому заранее предусмотреть результаты эволюционного процесса, проходящего критические точки, так называемые точки бифуркации, не кажется возможным в рамках традиционных «линейных» представлений, требующих перехода от «линейного образа мышления» к «нелинейному» в поисках адекватных методов и средств постижения и описания сложных самоорганизующихся и саморазвивающихся систем [5, 12].

С помощью синергетики можно понять нелинейность, многофакторность реального мира, поливариантность путей его развития и невозможность понимания развития и самоорганизации в пределах классических теорий и моделей с их линейными представлениями [8]. Синергетика предлагает качественно новую картину мира не только по сравнению с той, которая была основополагающей для классической науки, но и той, которую принято называть квантово-релятивистской картиной неклассического естествознания первой половины XX века. Именно в это время происходит переход от вида мира как построенного из элементарных частиц – элементов материи к картине мира – совокупности нелинейных сложных действий [12]. С позиции синергетики природные или социальные явления можно в определенных условиях рассматривать как самоорганизованную целостную систему, которая способна переходить от хаоса к упорядоченности движения всех частей.

При этом объектами исследований, как подчеркивает В.С. Степин, все чаще становятся «уникальные системы, характеризующиеся открытостью и саморазвитием...» [12, с. 5]. В таких системах формируются особые структуры – аттракторы, фиксирующие важные для целостности системы особенности ее становления в среде. Эти структуры выступают в функции программ поведения системы. Важным моментом здесь является то, что сложные системы способны как к самоорганизации, так и саморазвитию. Именно методами синергетики было осуществлено моделирование многих самоорганизующихся сложных систем: от морфогенеза в биологии и некоторых аспектов функционирования мозга до флаттера крыла самолета, от молекулярной физики и автоколебательных процессов в химии до эволюции звезд и космологических процессов, от электронных приборов до формирования общественных демографических процессов [7].

В то же время синергетика не является еще сложившейся наукой. Сегодня на Западе сложились и активно функционируют две главные школы исследований в этой области: брюссельская школа И.Р. Пригожина; школа немецкого ученого-физика Г. Хакена, который первым начал использовать термин «синергетика» [9, 13]. Хакен Г. определяет понятие самоорганизации следующим образом: «Мы называем самоорганизующуюся систему, если она без специфического воздействия извне находит какую-то пространственную, временную или функциональную структуру. Под специфическим внешним влиянием мы понимаем такой, который навязывает системе структуру или функционирование. В случае самоорганизации внешнее воздействие будет неспецифическим. Например, подогреваемая снизу жидкость абсолютно равномерно находит в результате самоорганизации макроструктуру, образуя шестиугольные ячейки» [13, с. 28-29].

Исходя из теоретических положений синергетики как некоего феномена основными свойствами самоорганизующихся систем являются:

- открытость. Уже во второй половине XIX – начала XX века биология, в первую очередь теория эволюции Дарвина, убедительно показала, что эволюция Вселенной не приводит к снижению уровня организации и уменьшению разнообразия форм материи. Скорее всего – напротив. История и эволюция Вселенной развивают ее в противоположном направлении – от простой к сложной, от низших форм организации до высших, от менее организованной до более организованной. Иными словами, с течением времени Вселенная приобретает все более сложную организацию. Попытки согласовать второе начало термодинамики с выводами биологических и социальных наук долгое время были безуспешными. Классическая термодинамика не могла обрисовывать закономерности открытых систем. И только с переходом естествознания к изучению открытых систем появилась такая возможность.

Поэтому открытые системы – это такие системы, которые поддерживаются в определенном состоянии за счет непрерывного поступления извне, энергии или информации. Это поступление является необходимым условием существования неравновесных состояний в противоположность замкнутым системам, неизбежно стремящимся к однородному равновесному состоянию. В открытых системах процессы необратимы, в них важным является фактор времени.

- нелинейность. Именно нелинейность является фундаментальной характеристикой открытой системы и предполагает непрерывность выбора альтернатив ее развитию. Нелинейная система является многомерной, многовариантной и не поддается классическим методам описания, что порождает потребность в выработке таких методов, которые отвечали бы условиям задачи. В математике нелинейными называют такие уравнения, которые имеют несколько качественно разных решений. Множеству способов решения задач, связанных с нелинейными уравнениями, соответствует множество путей эволюции, описываемой этими уравнениями. Необходимость анализа подобных ситуаций в познавательной деятельности привела многих ученых к разработке методологии решения задач в нелинейных средах. Эта методология получила название нелинейного мышления. И именно синергетика, как подчеркивает И. Добронравова, позволяет перейти от доминировавшей в контексте механической картины мира линейности к нелинейности, отражающей новый этап функционирования науки. «Большинство объектов, входящих в ареал ее исследования яв-

ляются открытыми, неравновесными системами, управляемыми нелинейными законами. Все они проявляют способность к самоорганизации... Нелинейность среды может рассматриваться как основа самоорганизации» [4, с. 98-99]. Более того, исследователь утверждает, что в целом «предметом нелинейной науки является переходное существование самоорганизующихся сложных систем. И философские принципы соответствующего научного описания, объяснения и предсказания должны быть переосмыслены» [4, с. 33]

- диссипативность. Термином «диссипативные» обозначаются открытые нелинейные системы, где преобладают процессы рассеяния [6]. Происходит переход излишков поступлений вещества и энергии на находящиеся ниже уровня в более простые формы или вывод их за пределы системы. Диссипативность означает переструктурирование чужого в свое и рассеяние излишнего. «Диссипативные процессы, – пишет И. Пригожин, – ведут не к равновесию, но к формированию диссипативных структур, тождественным процессам, которые через взаимную компенсацию приводят к равновесия» [10, с. 11]. Большинство объектов природы, все живые существа, крупные социальные объекты являются диссипативными системами. Надо сказать, что и человек является типичной диссипативной системой, которая может существовать как физически, так и духовно только при условии постоянного обмена со средой, энергией и информацией. Множество таких систем формирует определенную социальную организацию кооперационное сообщество. Такая организация, в свою очередь, является диссипативной системой, потому что существует только на основе соответствующего обмена со средой, энергией, веществом. Организационные объединения тождественного класса образуют диссипативные системы высшего ранга, создавая иерархическую диссипативную структуру. Таким образом, понятие самоорганизации может отражать фундаментальный принцип Природы, лежащей в основе наблюдаемого развития от менее сложных к более сложным и упорядоченным формам организации веществ. В тоже время, у данного понятия есть и более узкое значение, характеризующее способ реализации перехода от простого к более сложному. Так, И. С. Добронравова, рассматривая взаимосвязь сложности и самоорганизации системы пишет о том, что в синергетике самоорганизация сложной системы рассматривается как образование нового целого, значительно большего по масштабам, чем эти элементы. В физике или химии говорится о становлении макроскопических структур из микроскопических элементов, которые, двигаясь когерентно, образуют из себя

части нового целого. Таковы турбулентности в быстротечном потоке жидкости, автоколебания в химических реакциях. В биологических процессах речь может идти не только о микроскопическом и макроскопическом, но и о разных масштабах макроскопического. Так, в колебании количества хищников и жертв – члены популяций, например зайцы и рыси – макроскопические животные. Однако экологическое целое, которое они образуют, значительно больше их по своим пространственно-временным масштабам. [4].

Любой организм, личность представляет собой открытую, высокоорганизованную, неравновесную систему, которая обменивается энергией с соответствующими ее источниками и проявляет разные уровни самоорганизации. Уровень самоорганизации, например личности, зависит от уровня развитости личностных структур сознания. Идея Универсума как единой системы тоже связана с идеей самоорганизации. Вселенная, претерпевает непрерывные изменения, непрерывную эволюцию, которая происходит за счет внутренних состояний и не требует вмешательства. Универсальная эволюция Вселенной происходит за счет принадлежащих ему самой сил за счет внутренних взаимодействий элементов системы. Поэтому процесс эволюции можно рассматривать как процесс самоорганизации и говорить о взаимосвязи сложности не только с самоорганизацией, но и с последующим саморазвитием. В общем смысле саморазвитие характеризует изменение объекта во времени под влиянием его внутренних, имманентных причин, а самоорганизация характеризует усложнение внутренней структуры объекта. Так, Князева О.М. и Курдюмов С.П. пишут о том, что из теории самоорганизации следует, что всякие открытые системы с сильной нелинейностью, скорее всего, пульсируют. Они подвергаются естественным колебаниям развития: тенденции дифференциации сменяются интеграцией, удаление – сближением, ослабление связей – их усилением. Поэтому мир идет к единству немонотонно, а через пульсации, посредством чередования распадов и более мощных объединений. Это представление резонирует с восточными образами «ритмов жизнь мира, с китайским символом инь-ян. Циклы роста интенсивности действий и их падения, распада и объединения частей составляют внутреннюю закономерность нелинейных действий. Какие-либо сложные организации вблизи момента максимального, кульминационного развития демонстрируют внутреннюю неустойчивость к малым возмущениям, подвергающихся угрозе распада [6]. Сама история свидетельствует

о том, что мировые империи, максимально разрастаясь и укрепляясь, распадались, иногда полностью, бесследно исчезали. Таким образом, по мнению авторов, фундаментальный принцип поведения нелинейных систем – это периодическое чередование стадий эволюции и инволюции, развертывания и свертывания, взрыва активности, увеличение интенсивности процессов и их затухание, ослабление, восхождение в центр, интеграцию и расхождение, дезинтеграцию, хотя бы частичного распада [5]. И как следствие, саморазвитие и самоорганизация подобны между собой. В то же время это касается и их частей, уровней, отдельных областей и единичных проявлений.

К тому же самоорганизация и саморазвитие означают, что происходит усовершенствование системы не только посредством новых действий, но также учитываются и используются предыдущие опыты. И, наконец то, что способно самоорганизовываться и саморазвиваться может сохранять предыдущую организацию и развитие, при этом создавая новую. Именно поэтому И. Пригожин отмечает, что именно «синергетика открывает для точного, количественного, математического исследования такие стороны мира, как его нестабильность, разнообразие путей изменения и развития, раскрывает условия существования и устойчивого развития сложных структур, позволяет моделировать катастрофические ситуации» [9, с. 420].

Такими образом, можно отметить, что в связи с освоением сложных саморазвивающихся и самоорганизующихся систем возникают точки роста новых ценностей и мировоззренческих ориентаций, открывающие новые перспективы для научного познания. Задачей синергетики становится изучение общих принципов и механизмов самоорганизации и саморазвития в сложных системах различного происхождения: искусственных и природных, физических и биологических, экологических, экономических и социальных и исследования сложности как способа существования таких систем. Именно синергетика может быть использована как основа междисциплинарного синтеза знания, как основа для диалога естественников и гуманитариев, для кросс-дисциплинарной коммуникации, диалога и синтеза науки и искусства, диалога науки и религии, Запада и Востока. Методология нелинейного синтеза, фундированная на научных принципах эволюции и коэволюции сложных структур мира, может лечь в основу проектирования различных путей человечества в будущее.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бранский В.П. Социальная синергетика как постмодернистская философия истории // *Общественные науки и современность*, 1999. № 6.
2. Ванг В.К. Диссипативные структуры в реакционно-диффузных системах. эксперимент и теория. М., 2008 – 300 с.
3. Винер Н. 1983. Кибернетика, или управление и связь в животном и машине. М., 1983. – 344 с.

4. Добронравова И.С. Синергетика: становление нелинейного мышления. К.: Лыбидь, 1990. – 152 с.
5. Князева Е. Н. Одиссея научного разума. Синергетическое видение научного прогресса. М., 1995.
6. Князева Е.Н., Курдюмов С.П. Синергетические принципы коэволюции сложных систем [Электронный ресурс] /Режим доступа: <http://spkurdyumov.ru/globalization/sinergeticheskie-principy-koevolucii/>.
7. Найдыш В.М. Концепции современного естествознания. М., 2004. – 622 с.
8. Николис Г., Пригожин И. Самоорганизация в неравновесных системах: от диссипативных структур к упорядоченности через флуктуации. М., 1979. – 512 с.
9. Пригожин И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой. М., 1986. – 432 с.
10. Пригожин И.Р. Переоткрытие времени // Вопросы философии. 1989. № 8. – С. 3-19.
11. Степин В.С. Классика, неклассика, постнеклассика: критерии различения // Постнеклассика: философия, наука, культура. СПб., 2009. – С. 249-295.
12. Степин В.С. Саморазвивающиеся системы и постнеклассическая рациональность // Вопросы философии. 2003. № 8. – С. 5-17.
13. Хакен Г. Информация и самоорганизация. Макроскопический подход к сложным системам. М., 1991. – 240 с.

---

© Скопа Виталий Александрович (sverhtitan@rambler.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

## Наши авторы

**Berestok T.** – Postgraduate student, Moscow University of the Humanities,

**Dolidovich O.** – D.Sc. (History), Associate Professor, Siberian Federal University (Krasnoyarsk)

**Gutkevich E.** – Doctor of Medical Sciences, Professor, leading researcher, National Research Tomsk State University; Tomsk National Research Medical Center of the Russian Academy of Sciences; Research Institute of Mental Health

**Kabanova K.** – Postgraduate student, Moscow University of the Humanities

**Karonnova A.** – Applicant, Altai State Pedagogical University (Barnaul)

**Kursheva E.** – Founder and head of the School of Integrative Rejuvenation, Moscow; Psychologist, psychokinesiologist

**Marich Yu.** – Postgraduate, Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov (Arkhangelsk)

**Nesterova E.** – Postgraduate student, Lomonosov Moscow State University

**Nikolaeva T.** – Candidate of philosophy Sc., Associate Professor, FSBEI HE "Pacific State University" (Khabarovsk)

**Parfenova V.** – Siberian Federal University (Krasnoyarsk)

## Our authors

**Pokalchuk E.** – Graduate student, Pacific State University, Khabarovsk

**Ri Shin Khian** – Candidate of psychological sciences, Associate professor, Sakhalin State University

**Sakaeva D.** – Siberian Federal University (Krasnoyarsk)

**Shadrina M.** – Postgraduate student, Moscow International Academy; Clinical psychologist, Moscow

**Silava D.** – Graduate student, National Research Tomsk State University

**Skopa V.** – Doctor of Historical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Russian Academy of Natural Sciences, Altai State Pedagogical University (Barnaul)

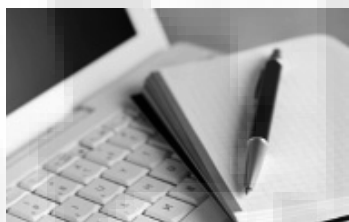
**Tokareva Yu.** – Doctor of psychology. Sciences, Associate Professor, Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education "Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin", Ekaterinburg

**Vorobyova C.** – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Pacific State University, Khabarovsk

**Yadrishenskaya T.** – Ph.D., associate professor, Pacific National University, Khabarovsk

**Ziman M.** – Postgraduate student, Far Eastern Federal University, Vladivostok

## Требования к оформлению статей, направляемых для публикации в журнале



Для публикации научных работ в выпусках серий научно-практического журнала «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики» принимаются статьи на русском языке. Статья должна соответствовать научным требованиям и общему направлению серии журнала, быть интересной достаточно широкому кругу российской и зарубежной научной общественности.

Материал, предлагаемый для публикации, должен быть оригинальным, не опубликованным ранее в других печатных изданиях, написан в контексте современной научной литературы, и содержать очевидный элемент создания нового знания. Представленные статьи проходят проверку в программе «Антиплагиат».

**За точность воспроизведения дат, имен, цитат, формул, цифр несет ответственность автор.**

Редакционная коллегия оставляет за собой право на редактирование статей без изменения научного содержания авторского варианта.

Научно-практический журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики» проводит независимое (внутреннее) рецензирование.

### Правила оформления текста.

- ◆ Текст статьи набирается через 1,5 интервала в текстовом редакторе Word для Windows с расширением “.doc”, или “.rtf”, шрифт 14 Times New Roman.
- ◆ Перед заглавием статьи указывается шифр согласно универсальной десятичной классификации (УДК).
- ◆ Рисунки и таблицы в статью не вставляются, а даются отдельными файлами.
- ◆ Единицы измерения в статье следует выражать в Международной системе единиц (СИ).
- ◆ Все таблицы в тексте должны иметь названия и сквозную нумерацию. Сокращения слов в таблицах не допускается.
- ◆ Литературные источники, использованные в статье, должны быть представлены общим списком в ее конце. Ссылки на упомянутую литературу в тексте обязательны и даются в квадратных скобках. Нумерация источников идет в последовательности упоминания в тексте.
- ◆ Список литературы составляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003.
- ◆ Ссылки на неопубликованные работы не допускаются.

### Правила написания математических формул.

- ◆ В статье следует приводить лишь самые главные, итоговые формулы.
- ◆ Математические формулы нужно набирать, точно размещая знаки, цифры, буквы.
- ◆ Все использованные в формуле символы следует расшифровывать.

### Правила оформления графики.

- ◆ Растровые форматы: рисунки и фотографии, сканируемые или подготовленные в Photoshop, Paintbrush, Corel Photopaint, должны иметь разрешение не менее 300 dpi, формата TIF, без LZW уплотнения, CMYK.
- ◆ Векторные форматы: рисунки, выполненные в программе CorelDraw 5.0-11.0, должны иметь толщину линий не менее 0,2 мм, текст в них может быть набран шрифтом Times New Roman или Arial. Не рекомендуется конвертировать графику из CorelDraw в растровые форматы. Встроенные - 300 dpi, формата TIF, без LZW уплотнения, CMYK.

По вопросам публикации следует обращаться к шеф-редактору научно-практического журнала «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики» ( e-mail: [redaktor@nauteh.ru](mailto:redaktor@nauteh.ru) ).